Tirol

PORZĄDEK ZYCIA.

PORZĄDEK
ZYCIA.
w CZERSTWOSCI ZDROWIA W DŁUGIE PROWADZĄCY LATA.

przez

B. LUDWIKA PERZYNE

ZAKONU BRACI MIŁOSIERDZIA.

Ze wſzyſtkich dźieł P. TYSSOTA w iedno zebrany,

á teraz

Przy trzećim wydaniu, przeyrzany, poprawiony,

Y

POWIĘKSZONY.

Si tibi deficiant medici, Medici tibi fiant. Hæc tria, Mens hilaris, requies, moderata diæta.—

w ŁOWICZU

w Drukarni J. O. X. Prymasa Arcy-Biſkupa Gnieźnieńſkiego.

Zagadnionym będąc od Literatow, z ktorychbym dzieł P. TYSSOTA, tę ułożył kſiążeczkę? gdyż czytaiącym iego dzieła, nigdzie tak spoionych w iego pismach, nieznayduią materyi.

Odpowiadam: że do żadnego z dzieł P. TYSSOTA, nieprzywięzywałem ſię, żem tylko imienia iego użył szczególnie do tytułu tey kſiążki, iako iuż w naszym Narodzie w akceptacyi będącego, a to na tym fundamencie: że, co raz ieſt prawdą, z przyrodzenia, i doświadczeniem potwierdzoną, to będzie prawdą do ſkończenia świata niewzruszoną, i nieżawodną, a prawdę takową wszyscy wielcy ludzie potwierdzaią, więc to, com ia napisał w tey kſiążeczce, że ieſt prawdą z przyrodzenia i z doświadczenia, potwierdza to Hypokrates, potwierdza Boerhawe, potwierdza Zimmermann, potwierdza P. TYSSOT, potwierdza to i innych wielu w tey nauce biegłych mężow, więc ktoremukolwiek z nich przyznałbym był

tę

tę kſiążeczkę, bynaymnieybym był nie chybił, gdyż wszyſtkich pomienionych mężow, zdanie ieſt toż samo, iednakowe, i takież.

A że nicktorym zdało ſię kſiążeczkę tę, iako bez imienia Autora wydaną, chlubnie przywłaſzczać sobie, i do niey ſię przyznawać, przymuſili mnie tym, z przyczyn mnie tylko wiadomych, iż com wprzod imienia moiego na czele tey kſiążeczki nie położył, teraz, przy trzecim tym wydaniu, przeyrzawſzy, poprawiwſzy, i powiękſzywſzy onę, uczynić muſiałem.

TREŚĆ

MATERYI

w tey Książeczce zawartych.

DZIAŁ I.

Porządek życia w zdrowiu. *karta* 1.

Poznanie temperamentow . . . 2.

Po-

Poczym poznać temperament krwisty. . . . . 3.
— Flegmisty . . . . tamże.
— Choleryczny. . . . . 4.
— Melancholiczny. . . . . 5.

Porządek życia dla Krwistych. . 14.
— dla Flegmatykow. . . . 15.
— dla Cholerykow . . . 16.
— dla Melancholikow. . . 17.
— dla Literatow. . . . . 18.
— dla Pracowitych . . . 19.
— ludziom siedzeniem się bawiącym. . . . . . 20.

Porzą-

Porządek życia w młodocianym wieku. . . . . 21.
— w średnim wieku. . . 22.
— w podeszłym wieku. . *tamże*.
— dla Białeypłci. . . . . 24.
— dla Dzieci. . . . . . . 25.

DZIAŁ II.

Pospolite sposoby utrzymywania zdrowia . . . . 37.

DZIAŁ

DZIAŁ III.

Jak zapobiegać chorobom. . . 53.
o Powietrzu . . . . . . 54.
o Jedzeniu i piciu. . . . . 64.
o Agitacyi i ſpoczynku. . . 72.
o Namiętnościach. . . . . 75.
Porządek życia w ſłabości lub chorobie. . . . . 83.
— w przeciągłych chorobach 114.
— w zapalaiących chorobach. 116.
— w Dyſenteryi. . . . . 119.
— o Przedłużeniu życia. . 122.

DZIAŁ

DZIAŁ IV.

o Niektorych domowych lekarſtwach na rozmaite choroby 130.

Zioła . . . . 131.

Korzenie. . . . . tamże.

Kwiecie. . . . . tamże.

Jagody. . . . . tamże.

Sol. . . . . tamże.

Powidła. . . . . tamże.

Spoſob używania i ſkutki. . . 132.

Podbiał. . . . . tamże.

Mięta. . . . . tamże.

Krwa.

Krwawnik. . . . . 133.
Ptaſza ruta. . . . . . . tamże.
Tyſiączne ziele albo Centurya. 134.
Piołun. . . . . tamże.
Podrożnik. . . . . 135.
Slaz włoſki. . . . . . . tamże.
Jalapa. . . . . tamże.
Łopian. . . . . tamże.
Lukrecya. . . . . 136.
Rumianek. . . . . tamże.
Bzowy kwiat. . . . . . . 137.
Cierniowy kwiat. . . . . . 138.
Jałowcowe jagody. . . . . tamże.
Sedlicka ſól. . . . . tamże.

Sali.

Salitra. . . . . 139.
Winny kamień. . . . . 140.
Powidła Bzowe. . . . . 141.
Ocet winny. . . . . 142.
Przaśny miod. . . . . 143.
Dryakiew. . . . . 144.
Kroplè żołądkowe. . . . . . 145.
Lekarſtwo na katar. . . . tamże.
Na Febrę. . . . . 146.
Na Biegnnkę. . . . . 147.
Na Dyſenteryą. . . . . . tamże.
Na Fluxyie. . . . . 148.
Na łamanie po kościach. . . . 149.
Na gorącość i gorączkę. . . . 151.

Na

Na kwas w żołądku. . . . . . 152.

Lekarſtwo rozwalniaiące. . . 153.

Na Laxans. . . . . . . tamże.

Na Womity. . . . . 154.

Na kaprawe Oczy. . . . . . 156.

Na czerwone i bilmem zaſzłe

Oczy. . . . . tamże.

Na utrzymanie czyſtych i byſtrych

Oczu. . . . . 157.

Na zapalenie gardła. . . . tamże.

Na wrzód na pierſiach. . . . tamże.

Na ztrętwienie członków. . . tamże.

Na wywinione członki. . . . 158.

Na dziury w gardle. . . . tamże.

Na

Na głowy bol z wielkim gorącem. *tamże.*
Na kaszel i bol w piersiach . *tamże.*
Na gryzienie wnątrza i kolkę. . 159.
Na gardziele czyli wole na szyi. *tamże.*
Na Suchoty. . . . . . . *tamże.*
Na spuchłe zawałki. . . . . 160.
Na gniłe Usta. . . . . . *tamże.*
Na niedostateczny bol przy Połogach . . . . . . *tamże.*
Na obrażony pęcherz w czasie Połogu. . . . . 161.
Na bol uszu i głuchotę. . . *tamże.*
Na bol Krzyża. . . . . . 162.
Na zepsute zdanie i niedogodność. *tamże.*
Na

Na kolkę w boku. . . . . 163.
Na kamień. . . . . . . tamże
Na zatrzymany mocz. . . . tamże.
Na utrzymanie moczu. . . . tamże
Na robaki. . . . . 164.
Na zanokcicę. . . . . . tamże.
Na zatwardzenie. . . . . tamże.
Na wiatry i odęcie. . . . . 165.
Na świerzbienie świeżey rany. tamże.
Na bol Zębow. . . . . . tamże.
Na wstrzymanie Womitow. . tamże.
O czasie, mierze, i sposobie zaży-
wania lekarstw. . . . . 166.

O UTRZY.

O UTRZYMANIU CZERSTWEGO ZDROWIA

DZIAŁ I.

Porządek życia w zdrowiu.

Ten Porządek zamykać będzie w ſobie wſzyſtko to, co ſię tylko dyetą nazywać może, i co do utrzymania życia i zdrowia ludzkiego koniecznie potrzebnym bywa, to ieſt: Wybor powietrza, ktorym dychamy, Jadło, i picie, Sen i nieſpanie, ſpoczynek i poruſzenie ſię czyli Agitacya, wyproźnienia wſzelakie, a naoſtatek namiętności umyſłu.

Nie tylko to choremu ściśły, i regularny porządek życia zachowywać należy, ale też niemniey zdrowemu, by niezachorował, i ztąd to na dwoie dzielić się będzie ten porządek życia, *1wszy*, dla Chorych, *2gi*. dla zdrowych, z ktorych każdy podług swego Temperamentu sobie, tak co do wieku, płci, sił, iako też Stanu i Kondycyi, obrać może, przepis.

Poznanie Utworow, czyli Temperamentow.

Każdy Człowiek ma swoy własny Temperament, czyli osobliwy udział rozmaitego pomieszania żywiołow, z ktorych konstytucya czyli układ iego ciała złożonym bywa, co właściwie rzekłszy; zawisło od mnieyszey lub większey mocy i sprężystości suchych żył, iako też, od mniey lub więcey odpor czyniącey wilgoci, ktore to obydwie siły na przemiany przeciwko sobie walcząc, moc swoię wywieraią, te zaś, że u każdego z ludzi odmiennemi bywaią, sprawuią to, że rożność Konstytucyi czyli temperamentow, u każdego z ludzi rożną też bywa i dzieląca się na temparamenta, to iest: na gorące,

zimne,

zimne, wilgotne, i ſuche, lecz te cztery własności że u nikogo z ludzi nie bywaią ſamotnie, czyli poiedynczo, ale owſzem zawdy z ſobą pomieſzano, tym ſprawuią,... że rozmaitość konſtytucyi i temperamentow z nich ſkładaiąca ſię, rożną także i rozmaitą bywa.

1wſzy Temperament czyli utwor, ieſt gorący a wilgotny, czyli krwiſta konſtytucya, ktorey poznaki: żywa na twarzy i przyiemna cera, ciało pełne, zkąd nie bez niewczaſu ſwego wſzelkie gorąca znoſzące, ztąd i łatwość do wſzelkich rozpalaiących Chorob wypływa: Ta konſtytucya ma w ſobie wiele dotkliwości i uczucia, ztąd wſzyſtko w niey tchnie zmyślnością, ciało i duſza takowego ieſt w uſtawicznym poruſzaniu i niepokoiu, bywaią wielomowni i nieſtali w każdey czynności, i zabawie, ktorych łatwo uwieść i oſzukać można; z każdym ſię prętko zaprzyiaźniaiący, ale z tąż łatwością o przyiaźni zapominaiący, do każdego cośi upatrzą, wſzelkich cięźkich ſię rzeczy chronią, i dla tego, rzadko znacznie w iakowych bądź umieiętnościach, poſtępuią.

2gi. Zimny a wilgotny, czyli Flegmiſta konſtytucya, ktorą poznać po

miękkiey, a znacznie białawey skurze, ociężałym ciele, wydanych oczach, ospałym wzroku, po skąpym i powolnym pulsie, leniwym chodzie, rozwlekłey mowie, ci nayzdolnieyszemi bywaią do ponoszenia niewygod wszelkich ciała, i krzywd od drugich, zdatnieyszemi do posłuszeństwa niżeli do rządow, wzruszenia w całym ciele miewaią małe i krotkie, a wnet do swey spokoyności powracaiące.

3cie Gorący a Suchy, czyli Cholotyczna konstytucya, ktora iest delikatną, iednakże nie tak strawioną i suchą iak w Melancholiku, skurę miewaią białą lub trochy żołtawą, a często rusawemi włosy porosłą, oczy mierne, wzrok lśniący się przenikliwy, a często przerażaiący i nieco dzikawy, puls prętki, poruszenie ciała, w chodzie, mowie, i we wszystkich czynnościach szumiące i szypkie, żułci obfitość i to ostrey, zkąd robaczokręty poruch kiszek będąc regularny, znacznym wyprożnieniem, czyli stolcami uiszcza się, ducha wspaniałego do naycięższych spraw bardzo łatwego i zręcznego, ludzie tego Temperamentu zdaią się bydź do rządze-

dzenia zrodzeni, mierność dyetyczną ſpoſobni nayściśley zachowywać?

4ty. Zimny a ſuchy, czyli Melancheliczna konſtytucya, ma ponury wzrok, czarne włoſy, oſtrą ſkurę, śmagławą płeć, plus drobny i rzadki, żułci nienazbyt maią ale czarney, poruch kiſzek powolny, łatwi do poymowania wſzelkich by też i naytrudnieyſzych rzeczy, lecz przydługiego rozważania bywaią, wſzelką ciężkość do podziwienia znoſić umieią, z oboiętną powolnością wykonywaią przedſięwzięcia choć i naypilnieyſze bez względu na ſzczupłość czaſu, rozdraźnjeni pałaią zemſtą nieukoioną.

Atoli Lekarze do pomięnionych czterech Temperamentow, ieſzcze drugie cztery utwory przyimuią, to ieſt: Krwiſto żułciowy ieden, drugi Hipokondryczny, trzeci Grubo powietrzny, czyli Chłopſki, czwarty Łagodno litościwy.

Krwiſto-żułciowy utwor ciała, z przyczyny lepſzego pomieſzania humorow, iak w Temperamencie przez ſię krwiſtym, przynoſi te pożytki, że maiąc takowi z krwiſtemi rowną rzeźwość, rowne przymilenie, i zdrowie, od cholerykow ſtałości we wſzyſtkim nabywaią.

Hipo-

Hipokondryczny utwor ciała, ieſt to nieſzczęśliwa mieſzanina, ſobie i drugim ciężarem ſtaiąca ſię, powſzechnie takowi w ſwey wątrobie, lub w śledzionie ſkazę noſzą, kolor ich ciała bywa blado żułtawy, lub wcale blady, ze ſwego ſtanu i z ſiebie ſamych nigdy niekontenci, zawiść i podeyrzenie na przemiany, dręczy ſpoſobem nieſłychanym ich duſze; Temperament takowy nazwany być także może Choleryczno-melancholicznym.

Grubo-powietrzny, czyli Chłopſki utwor ciała, przy Melancholiczno-Flegmatyczney mieſzaninie, znaczną cząſtkę krwiſtości doſtawſzy, ſprawuie, że będąc ciało pełne ſoku i iędrzności, mało bardzo dotkliwości, czyli czułości, z przyczyny tempości Nerwow, w ſobie zawiera, ztąd ludzie takowego utworu, miernie tylko umieiętności poſiadać zwykli, a wſzyſtko co tylko przeſiębiorą tchnie niby Maćkiem.

Łagodno-litościwy Temperament, będąc z Krwiſto Choleryczno-Melancholiczney mieſzaniny utworzonym, właściwym bywa dobrych duſz charakterem, czyni ludzi tego utworu dobremi w pożyciu, obyczaynemi, wſzelką

chlu

chlubą i tumanami brzydzącemi się, gdy co przedsiębiorą, uwagami wprzod przyszłość zgłębiwszy, w cichości do końca doprowadzaią.

Zaciągnąwszy znaczną Summę Obywatelow czterech, to iest: Krwisty, Choleryk, Melancholik, i Flegmeusz, na handel, z ktorego wszyscy rownie korzystać maiąc, rownie też do straty i trudow należeć mieli, z tych pierwszy Choleryk zaczął sobie przyszła zyski, czyli sperandy rachunkami wystawiać, i w nadziei przyszłości, iakby iuż z obecnych zyskow cieszyć się, opowiadaiąc każdemu dalsze swoie zamiary, w nadzieię ktorych, powiększał wadatki, hoyność iego w każdym się pokazywała mieyscu, zwłaszcza ku tym, ktorzy uniżonemi mu się pokazuiąc, skinienia iego wyglądali. Patrzał na to dosyć długo Melancholik, nic nie mowiąc, a roztrząsnąwszy całą tę rzecz, rzekł w pomieszaniu. Ze bez boiaźni nie mogę patrzyć na takowe czynności Choleryka, ktory nie tylko siebie samego, ale i nas z całym handlem, o zgubę przyprawi, bo ktoż to widział, by zaś każdego o przedsięwzięciach, i zamiarach handlowych miało się uwiadomiać,

miać,

miać, z pieniędzmi także, dotąd iako nayoſzczędniey obchodzić ſię należy, dopoki ſię nieuchybnego zyſku do rąk nieodbierze, radził tedy: by wprzod Kapitałowi, przyłączeniem do niego zyſkow, dopuścić urość, a dopiero będzie można na potrzebne wydatki z niego ubierać. Atoli Krwiſty, ktoremu ſię zdawało, że iak Choleryk, tak i Malancholik z karbow przyzwoitości, tamten zbytkiem, a ten w oſzczędności, wykraczali, radził: by w wydatkach mierność zachowaną była, atoli ze względem na przyzwoitość i reputacyą, na czym wiele uczciwym ludziom zawiſło. Ze zaś Flegmatyk na te wſzyſtkie czynności, oboiętnym poglądał okiem, ſpytano go, by w tak ważnym zamiarze, ſwoie oświadczył zdanie. Na co odezwawſzy ſię rzekł, iż na wſzyſtko to, coby dobrym być oſądzili przyſtaie, że możnaby wprawdzie zbyteczne wydatki powściągnąć, atoli co ſię tyczy iadła i picia, gębie żałować nienależy.

Właśnie pod ow czas gdy ſię ci z ſobą umawiaią, przybiega poſłaniec z nowiną, że złodzieie dobywſzy ſię do ſkładu, wſzyſtkie pieniądze wykradli,

uſły-

usłyszawszy to Choleryk, cały zadrżał, iął przeklinać, chałasować, i stracił wszelką nadzieię. Melancholikowi zaś serce scisnąwszy, o mdłość go przyprawił, nie słuchał żadney pociechy, gryzł się zkąd tu będzie nazad ten Kapitał oddać. Krwisty atoli głos zabrawszy, rzecze: na nic się nieprzydadzą narzekania i rospacze, ktoż to wie, może ieszcze nie cale iest rzecz utracona, może ieszcze iakowe śżrodki poratowania naszego okażą się. Widziawszy to Flegmatyk, ktorego lubo ten przypadek obchodził, atoli dla ulżenia sobie w tym nieszczęściu, wlazł w łożko dla przespania się. Tamci trzey naradzaiąc się między sobą, coby im teraz czynić należało, pierwszy Choleryk radził, by natychmiast konnych na ściganie złodzieiow porozsyłać, kto to może wiedzieć czyli ich gdzie nieschwytaią, Melancholik przyszedłszy trochę do siebie, niechwalił takowego zdania, że iuż czas upłynął, że nie widzi naymnieyszey nadziei, by kiedy mieli co z ukradzionych pieniędzy oglądać, na co Krwisty ktoż to wie, nietraćmy czasu marnie, udaymy się do Zwierzchności przyzwoitey, wyśleymy w tym

Fle-

Flegmatyka, obudźmy go niechay iedzie, na to obudzony Flegmatyk rzecze, teraz iuż ciemno, ktoż po nocy co dobrze ſprawić może, odłożmy to do rana, każdemu ſpoczynek miły, atoli ieżeli tego koniecznie ten przypadek wymaga, niechay kto inſzy iedzie, bom ia coś ſłaby i niedyſpozyt. Stoiąc na uſtroniu ieden z przyiacioł tych czterech ludzi, przypatrywał ſię ich czynnościom, i rozrożnionym ich zdaniom, ktorego oni poſtrzegłſzy, proſili by ich w tak ciężkim razie iakową zdrową radą ratował. Coż tu moia rada pomoże rzecze ow przyiaciel, kiedy z was każdy, podług zepſutych ſwych ſkłonności zaradza, niechcę ia ſię w to mieſzać, robcie ſobie iak ſię wam podoba.

Tym przypadkiem wyłuſzcza ſię, iakowe ſkłonności każdy z pomienionych Temperamentow w Człowieku okazuie, gdzie za utworem ciała, ſpoſob myślenia, czyli umyſł, prawie iak poniewolnie podawać ſię muſi, ztąd Choleryk gorący we wſzyſtkim i nagły, ktoremu żadna trudność i żadna zawada nieprzeſzkadza, gdzie inſi góry nieprzebyte, i niepodobieńſtwa upatruią. Choleryka to nic niewſtrzyma, wſzyſtko

wła-

ułatwi, wſzyſtko podobną rzeczą uczyni, przy umyſłu ſtałości z ſzypkością złączoney, wſzyſtko przełamie, wſzyſtkiego dokaże. Atoli ma też i wady ſwoie Choleryk, bywa zbyt porywczy, często opacznych chwytaiący ſię kroków, przeciwnemi, lub tylko pozor maiącemi powodami wzruſzony, słowa nie dotrzyma, lub nieprzełamanym w uporze ſtanie.

Przeciwnym ſpoſobem Krwiſty, w czynnościach ſwoich umiarkowany, szrednią drogą we wſzyſtkim poſtępuie, zawady przeſzkadzaiące mu uprząta, ale bez gwałtowności, lubo czaſem zboczy z przyzwoitego toru, co atoli rzadziey ſię mu trafia iak innym, wie znowu kiedy, i iak, do przyzwoitych wrócić ſię granic.

W Melancholiku, będąc poruch opieſzalſzym, czyli zbyt powolnym, a po rozkołyſaniu ſię zbyt gwałtownym, nierychło ſię rozruchuią, ale gdy ſię rozchodzą, zacieczeniu, lub zapalczywości miary niewiedzą, zawady im przeſzkadzaiące nie zawdy opieſzało uprzątaią, a w zdaniach ſwoich zwykli bywać zacięci.

Fle-

Flegmatyka poruch wſzelki, leniwym bywa i ſłabym, u ktorych przyrodzenie w niwczym miary nieprzebiera, owſzem nad potrzebę ſkąpiey ich we wſzyſtkim wſpiera, zawady wſzelkie, chyba oſtatnią przymuſzeni potrzebą dopiero uprzątaią, będąc utworu oſtygłego, z oboiętnością wſzyſtko przyimuią, mniey ſobie ważą niedotrzymanie ſłowa, a odmianę uſtawiczną, za nic ſobie maią.

Okazuie ſię ztąd; iak wielki wpław w czynności ludzkie Temperamenta miewaią, gdy prawie by poniewolnie, oprzeć ſię im niemogąc, do tego lub do owego Człowieka nachylaią. Atoli przeciwnie nas doświadczenie uczy, że przez Edukacyą, przez nieodmienne wzwyczaienie ſię, przez uſilne przywiązywanie ſię do Oſob, odmienne ſkłonności w ſobie maiących, przez ſpoſob życia iakowym koniecznie żyć komu potrzeba, przez ſtan w ktorym zoſtawać muſzemy, łatwo bardzo ſtać ſię może, że umorzywſzy powiękſzey części naſz właſny Temperament, nabieramy wcale przeciwnego, i w niwczym z tamtym związku niemaiącego.

Bo

Bo ſtać ſię to może, co częſte przykłady potwierdzaią, że ſię ieden Temperament na drugi przerzuci, prawie by przeiſtoczywſzy Człowieka, ſkłonności ſwoie inakſze okaże, naprzykład: Utwor krwiſty na Flegmatyczny, a to z zbytecznago oſpalſtwa, z małego używania poruchu ciała, albo z mieſzkania na wilgotnych mieyſcach, lub też na Choleryczny, a to gdy ſtan iego zbyteczney po nim czynności wyciąga, lub gdy mu ſię okoliczności, do uſtawnego gniewu pobudzaiące go, nadarzać będą. Podobnież Choleryk na Melancholika przerzucić ſię może, gdy go nieodſtępny ucisk, i niedoſtatek gnębić, lub gdy iedna po drugiey niepomyślność i ſmutek prześladować go będzie. Wiedzieć iednakże potrzeba, że takowe przerzucanie ſię Temperamentow, ſtałym, czyli iednoſtaynym na zwdy bywać niezwykło, owſzem po wypocznieniu ſobie, lub przy pomyślnieyſzych czaſach, nazad ſię do pierwiaſtkowego utworu ſwego przychyla i wraca.

Toż ſamo dzieie ſię i ze zwyczaiami ludzkiemi, ktore nie bez przyczyny drugim przyrodzeniem nazwano, ktore lubo przeciwne wrodzonemu Tempera-

peramentowi, atoli przez usilność stałą i wzwyczaienie się, przyswoionemi, i by właśnemi uczynione być mogą.

Porządek życia dla Krwistych.

Ludzie tey Konstytucyi powinni często Lekarstw wyprożniaiących i uspokaiaiących zażywać, a gorących i roziątrzaiących strzedz się. Służy im Chleb dobrze wyruszony i wypieczony, dostałe Owoce i Ogrodniny, oszczędnie zażywać maią wina, i to z wodą, wszelkich mocnych trunkow, zbyt tuczących i krew mnożących potraw, to iest: drobiu, wołowego mięsa, baraniny, cielęciny, bulionow i żup, solonych mięsiw i korzenia, iako też niedoyrzałych i mączastych Owocow, wszelkich iarzyn ktore w strączkach rosną, zwłaszcza z Oleiem, Oliwą, lub masłem, a ieszcze starym, wystrzegać się maią.

Podług proporcyi iadła, powinni agitacyi używać zwłaszcza konno, czym osnowa całego ich ciała umocni się, Transpiracyą, czyli parowanie ciała iednostaynie utrzymywać, a bezpotrzeby na odmiany ciepła i zimna nagłe; nienarażać się. Gdy się im da uczuć, z peł-

nego

nego i mocnego pulſu bul. głowy, ocię-
żałość i oſępiałość umyſłu, krwi z no-
ſa płynienie, i tym podobne znaki, kto-
re bywaią pełności krwi ſkutkami, na-
tychmiaſt krew maią puścić, Enemę
wziąść, wody wiele, a wina mało pi-
iać, i wſzyſtkiego wyſtrzegać ſię, coby
tylko krwi przymnażać im mogło.

Porządek życia dla Flegmatykow.

Ta konſtytucya Ogrodnin trawić do-
brze nie może, niewyruſzone, i za-
kalec w ſobie maiące leguminy, ſzko-
dliwemi iey bywaią, dobrze zaś wyru-
ſzony Chleb, ma ich bydź nayprzyzwoi-
tſzym pożywieniem, Ogrodnin tylko
tych używać mogą, ktore naymniey
w ſobie ſoli Alkaliczney, i lotney za-
wieraiąc, wdzięcznego zapachu, a pędzą-
cą urynę własność miewaią.

Mięſa wołowego, wieprzowego,
cielęciny, kwaśnych potraw i napoiow,
wczeſnych czyli rannych Owocow i
Ogrodnin Szpinaku, Sałaty, Cykoryi
i tym podobnych nieprzyzwoicie urzą-
dzonych, czyli ugotowanych, ſtrzedz
ſię maią, lecz baraninę, kuropatwy i
inny drob na ſwym ſtole codzień mie-
wać

wać mogą. Mogą także wino, i inne wystałe trunki piiać, ze względnością by zbytkiem strawności nieszkodzić, że ta konstytucya, wiele flegmy w ciele mnoży, a to z powolności, i nieczynności tego temperamentu, tey chcąc uniknąć, trzeba się powoli, do rożnych czynności i Agitacyi ciała przyzwyczaiać, czasami przepościć żołądek, służyć im będzie, częściey a potrosze iadać, iak rzadko a zbytnie obtykać się, praca rąk, i całego ciała, dla nich nayskuteczniey-szym do sprowadzenia flegmy, i wszelkich kliikowatości lekarstwem będzie.

Porządek życia dla Cholerykow.

Tey konstytucyi ludzie, miewaią mocny apetyt, strawność żołądka prętką i dobrą, przegłodzenie się, ktoreby im służyło prawie nieznośnym zdąie im się. Powietrza gorącego i parnego, wina i mocnych trunkow, potraw rozpalaiących, niedosypiania, i gwałtownych namiętności, mocno wystrzegąć się im należy, i aby swego ciała zbyt napiętey osnowie ulżyć mogli, prawie zawdy samę wodę piiaćby im należało. Owoce doyrzałe, brzoskwinie, gruszki, winne-

grona,

grona, poźiomki i wſzelkie ogrodniny świeże iadać, zwierzyny wcale zaniechać, lub przynaymniey w Occie wprzod i w Soli przemacerowane przyprawiać, latem często ſię kompać, we wſzyſtkim porządek zachowywać, przy cięższey robocie grubſzych potraw, przy lżeyſzey ſtrawnieyſzych zażywać, maią. Chleba dobrze wyruſzonego ile zechcą, ale męſa niewiela iadać mogą.

Porządek życia dla Melancholikow.

Ci powinni dla utrzymania ſwego zdrowia ściśle wſzyſtkiego poſtrzegać o rozwolnienie doſtateczne krwi ſwoiey ſtarać ſię, to ieſt: by cząſtki z ktorych ſię ona ſkłada, mogły być iak w innych temperamentach rozpuſzczonemi, nieſtrawnych potraw wyſtrzegać ſię maią, legumin tego czyli ſypko gotowanych, ogrodnin w ſtrączkach rodzących ſię, i wſzyſtkiego tego, co do zatrzymania wilgoci w ſobie nie ieſt ſpoſobne, troſkliwie unikać. — Przeciwnie zaś chleb dobrze wyruſzony, męſiwa zwierząt trawą żyiących z warzywami ogrodnemi ſporządzone, drobiu, i doyrzałych Owocow zażywać, czaſami Cyna-

monem, przetacznikiem, koſtrzykiem i tym podobnemi korzeniami przyprawić. — Nayużytecznieyſzym dla nich napoiem ieſt ſerwatka, lub wino ćienkie, piwo lekkie, albo Jabłecznik, atoli dla lepſzey ſtrawności maią częſto używać agitacyi i ręcznych zabaw, na koniu iezdzić, świeżego powietrza używać, ani ſię zbyt czym zatrudniać, ani też bezczynne prowadzić życie maią.—

Porządek życia dla Literatow.

Uczeniem zbytnim osłabia ſią ciało, zkąd do rozmaitych chorob ſpoſobnym ſię ſtawa, zbytnie natężenie rozumu, głęboko wlepione bez przerwania zatopienie ſię, zabieraiąc całą duſzę, tamuie iey wſzelkie czynności w ciele, żołądek Literatow zawdy źle trawi, wſzyſtkie czynności iego wewnątrz idą leniwo, wilgoci bywaią źle przegotowane, ułożenie ciała, przy uczeniu ſię, zabrania ruſzaniu ſię niżſzey części żywota, zkąd powiękſzey części bywaią uczeni chuderlawi, ſkłonni do zatwardzenia żołądka, rożnym niemocom podlegaiąc. — Takowi maią iadać dobrze wyruſzony i wypieczony Chleb,

Ogro-

Ogrodniny, i dościgłe Owoce, maią bydź ich przyzwoitym pożywieniem, atoli gęſto i ſypko gotowanych, mocno opieprzonych i korzennych, lub zbyt Octem zaprawnych potraw wyſtrzegać ſię powinni. — Wina mało i to, dobrze wodą roztworzonego używać mogą, ranny napoy Czekulady byłby im pożyteczny, dla rozpuſzczenia krwi u nich do gęſtnienia ſkłonney, po obiedzie zaś cienkiey kawy zażyć im nie zawadzi.— Nierownie więcey od inſzych maią ruſzania ſię i kompieli używać, do żadnych czynności nie ſiadać, do poki żołądek trawieniem będzie zatrudniony, ale aż po przetrawieniu, czyli po wyiściu trzech lub czterech godzin od obiadu, do pracy zaprzęgać ſię mogą, tak ciała ſwego iako też umyſłu Owoce, miarą ſił ſwoich przemierzaiąc. —

Porządek życia dla pracowitych Ludzi.

Pracuiąc ciężko, wiele ſię ſił utraca, dla tego potrzeba utracone zkądinąd nadgradzać. co ſię ſtać może, iadaiąc nie nazbyt ſtrawne potrawy, ale takowe, ktore ſię lepiey czynnościom żołądka opieraiąc wſtrzymywać iego pręt-

kie trawienie mogą, naprzykład: niewyruszony należycie żytny Chleb, groch, bob, szocowice, i inne tym podobne leguminy, są im w tym razie przyzwoite. Atoli maią bydź pamiętnemi: gdy się im trafia aż do zapocenia pracować, by sobie uięli iadła, wodę czystą piiać, a podczas upałow letnych z trochą Cytrynowego soku, octu, lub szczawiu przymieszaną mogą, strzedz się im należy nieświeżych lub zatęchłych wod, dla znurzonego zaś cięższą robotą ciała, dłużey sypiać maią, gdyż inaczey, utracą spracowane żyły swą sprężystość. —

Porządek życia ludziom siedzeniem się bawiącym.

Czyi życia sposob wyciąga ustawicznego siedzenia, takowi zgarbaciałe plecy, nogi, i całego ciała zły skład miewaią, ale że siedzeniem nie tak wiela sił utracaią, mnieyby iadać powinni, i dobrze wypieczony chleb, rybie polewki, i doyrzałe Owoce, ich nayprzyzwoitszym pożywieniem bydźby miały, piiaństwa wystrzegać się powinni, nawet i wody nazbyt im pi-

iać

iać nienależy, a to by ich żyły, i osnowa ciała zbytnie niezwolniały, maią także zioł Antyskorbutycznych, to iest: rzerzuchy, gorczyce, i Chrzanu zażywać, ktore żyły ich w przyzwoitey sprężystości utrzymywać potrafią, czasem kieliszek wina im niezaszkodzi.—

Porządek życia w Młodocianym wieku.

W tym wieku przychodzą wnętrzności do swey tęgości, ktorey wprzod niemiały, i prawie o tey dobie ciała, cała natura na nowo się odradza, moc i siła wnętrznych naczyń wzmaga się, gorącość się powiększa, krew się zapala.— Wszelakiego zatym korzenia, korzennych rzeczy i wszystkiego co tylko zapalaiącym iest, wszelakiego gwałtownego poruszenia, i igraszek z białą płcią, a nadewszystko dogodzenia niektorym namiątnościom, iako naysilniey wystrzegać się należy, bo się tym bardzo ukrzywdzaią młodzi, gdy cały kwiat krwi, do wzrostu i zażywności ciała wyznaczony, tym wyniszczaią i tracą.— (*)

(*) Smutne skutki takowych nierządow, ktore naturę naybardziey osłabiaią, duszę szpecą, sumnienie obciążaią, i ciało wyniszczaią — Opisał Pan Tyssot w Traktacie o Onanizmie.

Dla

Dla przyśpieſzenia wzroſtu ciała, należy im ſame tuczące potrawy iadać, to ieſt wyruſzony i należycie wypieczony Chleb, wołowe i baranie mięſo, wſzelkie leguminy, krotko mowiąc: wſzyſtko w miarę i z rozſądkiem iadać mogą, atoli, by ſokow w ſwym ciele do wzroſtu iego przygotowanych niewyſuſzali, żadnego trunku używać im nie należy. —

Porządek życia w ſzrednim wieku.

W tey życia dobie ieſt człowiek przy naywiękſzey ſile, zkąd bez obawiania ſię naymnieyſzego uſzczerbku zdrowia, może pożywać wſzelkich potraw, iednakże nie nadmiarę, ale podług czynności każdego, ma bydź przyzwoity pokarm obmyślany.—

Porządek życia w podeſzłym wieku.

W tey niebardzo miłey ſamemu ſobie dobie, leniwiey nierownie ſoki żołądkowe krążą, gorącość ich ſtygnie, wyſychaniem zmnieyſza ſię, błony, żyły, chrząſtki, twardnieią, kości nawet kruchości nabieraią, całe-

go

go ciała osnowa traci swoię rozpościeraiącą się, i odpieraiącą siłę, cały się człowiek zsycha, skura marszczkow nabywa i grubieie, tak w tłustym iako i w chudym.— W tym wieku we wszystkim strzedz się należy nagłey odmiany, a nadewszystko powietrza, w tych latach bowiem ciało mniey iuż będąc do parowania sposobnym, skłonnym staie się do wszelkich chorob ztąd wyniknąć mogących, owszem na wzor pierwiastek swey dziecinności, zachowywać się im należy, nienagle przestępuiąc z iednego w drugie, ale każdego roku, coraz mniey a częściey iadaiąc, wybieraiąc sobie potrawy chwieiącym się zębom służące, z ktoremi żołądek zwykł zawsze zgadzać się.— Mogą iadać rozgrzewaiące, i tuczące potrawy, atoli w oszczędności i mierze, bo te będąc wysuszaiącemi, nie łatwo się z ich żołądka sokami iednoczyć zwykły, niemniey z gorącemi trunkami, lubo powiększey części starym służącemi, przezornie iednak obchodzić się maią, i lubo rożne troski, ułomności, rządze, i suchość mozgu, bywa im naprzeszkodzie, z tym wszystkim, o sen starać się powinni, zgryzot i trosk unikać maią, a w ludzkości i

oby-

obyczaynośći ćwiczyć śię, bołaźni i obawiania śię, niech śię strzegą, bo ta w krotkich dniach ich starość zakończy, a ieżeli dłużey pożyią, dwarazy cięższe skutki starości na nich widzieć śię dadzą. Agitacyi używać maią często, lecz ta bez zmordowania śię bydź powinna. krwi szanować, i bezkoniecznie przynaglaiącey przyczyny oney nie upuszczać, bo takowe puszczanie, iuż ich ciału więcey nie służy.—

Porządek życia dla Białeypłci.

Osnowa całego ciałą u Białychgłow iest słabsza, ułomnieysza, i delikatnieysza niżeli u męszczyzn, ztąd też nie tak silnie oddychać mogą, krążenie krwi w ich ciele iest podobne męskiemu, lecz żyły szczupleysze, z czego pochodzi, że kobiety w sobie więcey Ognia i to gwałtownieyszego, niżeli męszczyzni miewaią, za to też żołądek słabszy, z iadłem ostrożniey niżeli Męszczyzni obchodzić śię im należy, niestrawnych potraw wystrzegać śię, a raczey częściey: niżeli dużo na raz, iadać im przyzwoita.

Porzą-

Porządek życia dla Dzieci.

Dzieci wielkie podobieństwo miewaią z matkami swemi, ktore zostaiąc w ich żywotach, tak co do zdrowia, i niemocy, iako też i śmierci rowno z sobą należeć muszą. — Bywaią okoliczności takowe, ktore się odmieniać niedaią, i niebywaią w Matczyney mocy, na ktore im tym bardziey pamiętać należy, że ich odmienić nie można. Nieodmiennemi są, gdy Matka z bliźniętami chodząc z nich iedno zachoruie, lub umrze, lub niewczesne porodzi, i inne tym podobne. —

Między szkodliwemi zwyczaiami iest osobliwie ściskanie się, czyli sznurowanie Matek nayniebespiecznieysze, ktore w ich ciele niższe żebra ściskaiąc, wewnątrz one wgniata, te znowu tłocząc wątrobę, śledzionę, i żołądek sobą, niedopuszczaią krążeniu pokarmom po kiszkach w dolney części ciała, zkąd strawność wielką zawadę cierpi, z czego wywodzi się wiela niemocy, między ktoremi melancholia nayznacznieyszą bywa, szkodzi nawet płodom co do ksztaltu ciała w żywotach ich, bo często pokrzywione kaleki, a częściey nie-

wcze

wczesne, przy nadzwyczaynym poronieniu, w strasznych bolach i życia niebespieczeństwie na świat wydawać muszą.— Mleko iest powszechnym pokarmem Dzieci, bez ktorego się ich mało wychować może, i w doyrzalszym nawet wieku, bywa naszym pokarmem, napoiem, lekarstwem, ochlodzeniem, posiłkiem, i pokrzepieniem, składa się bowiem z takowych cząstek, z iakowych i ciało nasze złożone iest, ktoremu daiąc wzrost, łatwo się w ciała nasze przeistacza.

Nie tylko mleka ludzkiego używamy iako pokarmu, i iako lekarstwa, ale nawet koźiego, krowiego, i Oślego, podobnymże sposobem używać możemy. — Ludzkie mleko ktore dobre iest, bywa cękie i słodkie, koźie iest wodnistsze, a Ośle naycieńsze, krowie ma między niemi naymniey wodnistości.— Podług tedy tych własności, uważać się ma potrzeba w niemocy przyzwoitego mleka, tak dla Dzieci iako i dorosłych, by kto zmężniał i do zażywności przyszedł, potrzeba mu mamkę sać, bo iey mleko nayblizszą ma własność z ciałem sysaiącego, łatwe iest naturze do odistoczenia go, a że ma

w so-

w ſobie wiela Olejowatych cząſtek, temi tuczy ſuchego, i pożyteczne ieſt tak dziecku, iako też choremu Suchotnikowi, lepiey ieſt ſać mamkę, niżeli wyſtrzykany od niey pokarm brać, bo ſtrzykaiąc większa część nayſkuteczniey-ſzych cząſtek po powietrzu ſię rozlatuie, mleko wietrzeie, przeciwnie zaś ſsąc go, widzieć ſię daie pożyteczność na tłuſtych iak odlanych Dzieciach.—

Kto przy Chudości i wyniſzczonym ciele, ma dobrą ſtrawność żołądka, ten ſię na krowim mleku za krotki czas poprawi i upaſie, zwłaſzcza na Wiosnę piiąc go, gdy krowy trawney paſzy zażyią, a to: przez cały Mieſiąc z rana naczczo po butelce zaraz ciepło iak będzie wydoione.—

Kto zaś piiać mleko chce nie dla tego aby utył, ale dla poprawienia żołądkowych ſokow, będzie do tego lepiey kożie, lub Osle ſłużyło, bo te mniey tuczą, a więcey karmią ſwoią wodniſtością, tym zaś wodniſtſzemi bywaią, im cieńſzemi ſą, ale też i tę właſność w ſobie miewaią nad inſze, że naydelikatniey-ſze cząſtki ciała i żyłki nierownie lepiey przenikaią, ściśley ſię z żołądka ſokami iednoczą, gdyż mleko Oleiowate cząſtki

pra-

prawie w niwczym nieodmienione, do krwi z sobą wnosi, zkąd rumianość i czerstwość w całym ciele nastepuie. Lecz, by mleko dobrze strawione bydź mogło, potrzeba aby się koło niego prętko żołądek uwinął, niewadzi tò nic, chociaż się mleko zbiegnie, czyli zwarzy, inaczey prawie bydź nie może, aby dostawszy się do żołądka, gdzie ieszcze kwaskowatości z rożnych potraw znayduią się, zważyć się nie miało, wszakże i mamczynego mleka dzieci chociaż i nayzdrowsze gdy się nadto obssą, zzupełności żołądka, womituią iuż zwarzonym, nic to natym niezawisło, bo zwarzenie się mleka, nie może się żadną miarą popsuciem nazywać, wszakże iedząc mleko, wszystko się razem ie pomieszane, a iak poiedynczo iedzone mleko, masło, syr, serwartka i maślanka nikomu zdrowemu nieszkodzi, zacożby pomieszane szkodzić miało, siła bowiem trawiąca w żołądku, bez względu co zdrowego iest, razem gotuie, a wygotowane nazywiący sok, wprzod w krew, a potym w ciało nasze przeistaczą, obawiać się tylko należy, by nie mieć żołądka zepsutego, ostarością gryzącą i niezdolnego do trawienia mleka,

ka,

ka, ktoremu ſię nawet i mleko ſamo, twardym i gniotącym go zdaie, co potym wiątry i odęcia ſprawuie. —

Mlecznych potraw i ſamego mleka, mogą tylko ci zażywać, bądź to na pożywienie bądź na lekarſtwo, ktorzy ſtrawność żołądka maiąc, ciała poruſzenia zażywaią, własności dobrego mleka te ſą, ma być ſłodkie i nieco lipkie, lecz, niezbyt gęſte, w wodzie nie nadto ciężkie, owſzem lekkie rozpływaiące ſię, wpuſzczone w oko niegryzące, niezbyt obſite w maślankę, na Syr zważone niepowinno być ſine lub żułtawe, ale białe iako śnieg bez wſzelkiego zapachu; po tych znakach Doktorowie, o mamczynych mlekach czyli dobre ieſt, zdanie dawaią. — Niemniey wiedzieć należy, że potrawy i napoie, życia ſpoſob, poruſzanie ſię, ſpoczynek i pokoy, namiętności, i wſtrzymywane natury odchody, chociażby naylepſze mleko, w krotkim czaſie odmienić i nadpſować potrafią. — Gdy mamka ze wſi, przy pracy, grubey ſtrawie, i niewygodach, lecz przy zdrowiu dobrym, na mamczenie do miaſta wziętą będzie, niechayże iak zwyczay ieſt, bezczynnie ſiedzieć, potraw

deli-

delikatnych zażywać, i z czeladzią się kłocić zacznie, mleko ktore naylepsze w piersiach swoich do miasta lub Dworu przyniosła, z pomienionych przyczyn psować się, a czym daley tym bardziey własności swoie odmieniać musi.—

Mleko na Lekarski sposofob przyprawiane tak być powinno, mleko słodkie do ognia przystawiwszy, gdy zwierać zacznie, zasyp winnym kamieniem czyli Winną solą, mniey lub więcey, iak tego mleko wyciągać będzie, mieszaiąc ustawicznie, aż się na syr zbieży, to przez cienkie płutno przecedzone niechay postoi z kwadrans by przestygło, potym ubiy kilka białek na pianę, wley w Serwatkę, wymieszay, przystaw do ognia na kilka minut, aby się zagotowało, odstaw, ostudź, przecedź przez sito, na ktore dwa arkusze bibuły wprzod położywszy naleway, można i przez liykę przełożywszy podwoyną bibułę przecedzać, pomału kroplami tylko zchodzić ma serwatka, czysta iako łza.—

Ta Kuracya serwatczana służy podagrykom, ludziom słabowitym, i suchotnikom, serwatka ochładza krew, we wszelkich z żułci pochodzących niemocach i gorączkach bardzo pożyteczną

czną

czną bywa, uśmierza burzenie śię krwi, ſzkorbutnikom, hipokondrykom, i wſzelkiemu ktory tylko iakową w ſobie trawiącą, lub niſzczącą ciało poznaie niemoc, oſobliwſzym bywa lekarſtwem. —

I lubo niezbyt dawno ſławny Doktor Pan Vandermont, na rożnych (**) zaſadach ſpolegaiący, dowieść uſiłował, że

(**) P. Vandermont wyraża w tym mieyſcu ſwoie zdanie temi ſłowy: „Dopoki ieſzcze cnota, i niewinność w ludzkich ſercach panowała, dopoty pokarm matek dzieciom ich mogłby być przyzwoitym, lecz po upłynieniu iuż tego ſzczęśliwego czaſu, matki w ſwe dzieci wlewaią naſiona wſzelakich ſproſnych namiętności, i iakiemi ſame bywaią, takowemi i dzieci ſwoie formuią, albowiem iednakość krwi, iednakowym też namiętnościom podlegać zwykła, ztąd wnoſi pomieniony Dktor, że nie Matka ſwoie dzieci karmić powinna, a to dla przerwania iedności właſney przymiotow, niemniey, dla wydoſkonalenia przyrodzenia przez odmienność mleka, podobnie iak zwyczay ieſt, żenienia śię z Obcemi, a nie z ſwemi, a to by śię niewyrodziły Familie. — Mamkom oddawać dzieci do karmienia, tym bardziey ſtrzedz śię potrzeba, by nie złośliwym, bo mamka ieſzcze i to ma do ſiebie, że będąc proſtą i grubą kobietą, z ſwey właſności wprawdzie udzielić może dziecięciu mocy ciała, i trwałości śił, ale go o tenże czas uczynić może,

że przyzwoicieyby dla człowieka było, ſsać rozmaite beſtye, niżeli własną ſwoią matkę, przez coby niemocom częſtokroć z matek wyſſanym zapobiegać ſię mogło. — Atoli to niezdaie ſię bydź

do

„ wſzyſtkich ſwoich zbrodni i namiętności dzie„ dzicem, i ile ciała mocy i ſiły od niey na„ będą, tylą lub nierownie więcey wadami „ umyſł ich zeſzpecą. — Jako tedy ieſt ſzko„ dliwe dzieciom mleko niewieście: tak prze„ ciwnym ſpoſobem ſtaie ſię im zdrowe bydlę„ ce, wſzyſtkim to wiadomo ieſt: że mleko „ bydlęce oſobliwſzym lekarſtwem bywa na „ niektore choroby, ztąd wnoſić ſobie można, „ że ieżeli nadpſowane ciało w iakowym cho„ rym człowieku, wſzelako toż mleko popra„ wiać potrafi, tym bardziey niewinne ieſzcze, „ i nayſpoſobnieyſze do przyięcia w ſiebie nay„ czyſtſzych własności, utwierdzać, i grunto„ wać w dobrym wydoła, [Zwierzęta będąc nie„ rownie mnieyſzey liczbie chorobom podle„ głemi, niżeli ludzie, bo niektore zbyt rzad„ ko, a inne nigdy chorować nie zwykły gdy „ ſą na wolności iadaią i piiaią podług ſwey „ potrzeby, i ſypiaią tyle, ile ich przyrodze„ nie wyciąga, czego ich natura nierownie le„ piey nizeli nas rozum naucza, czyſtą krew „ i mleko w ſobie miewaią. — Krotko mowiąc, „ że mleko zwierzęce, od bardzo wielu nas „ chorob uwalnia, nieczyſty ogień, i rożne „ namiętności w nas gaſi, przekonani przyznać „ muſzemy, że ma być, i powinno, nad nie„ wieście przekładane. —

do rzeczy, by ſsanie mamek miało ta-
kowych niemocy przymnażać więcey,
ktorych iuż bywaią zawiązki w dzie-
cięciu, po dziewięcio Mieſięcznym kar-
mieniu ſię nierownie nieczyſtſzym po-
karmem, chybaby ktora matka zacho-
rowała w czaſie karmienia, lecz i temu
łatwo odłączeniem, lub inney kobiety
przyſtawieniem, zapobieżeć można, wſze-
lako ſię tym niedowiedzie, by zwie-
rząt mleko miało być dla ludzkich dzie-
ci zdatnieyſzym do karmienia, niżeli
własnych ich matek. —

Coż może być przyrodzeniu przy-
zwoitſzego nadto, aby każda matka
ſwoie właſne dzieci karmiła, albo przy-
naymniey, od inney iakowey kobiety
karmionemi bywały, gdyż bliżſze ſą
cząſtki mleka człowieczego do ciała
dziecięcego, a niżeli zwierzęce, co za
potrzeba tego, by właſna matka zdro-
wą będąc, i maiąc podoſtatku dobrego
pokarmu, miała cudzego potrzebować,
lub żeby ſię dziecię zwierzęcemi krwi
ſokami bez przyczyny napawać miało,
inſza rzecz: gdyby matka zachorowa-
ła, lub pokarm ſtraciła, a mamki do-
ſtaćby nie mogła, tedy w takowym ra-
zie, nie tylko godziwa, ale i konie-

czna rzecz ieſt dzieci iak można karmić. —

Sztuka wykarmienia Dzieci bez Matki i mamki na tym zależy, ażeby iadło dla nich, przyzwoite wiekowi ich wybierane było, cienkie poliweczki z wody, mleka i chleba, ſą to niewinną dla dzieci, a dobrze karmiącą potrawą, z przytęchłey zaś mąki ſporządzona potrawka, i tym podobnych innych rzeczy cierpkość, oſtrość kliykowatość w ſobie maiacych, iako też zbyteczne obtykanie żołądka, dzieciom wielkie i nadęte ſprawuią brzuchy, co z zamulenia kreſek pochodzi, a bywa powſzechną dziecinną chorobą. — Można także dzieciom dawać ſłodkiey ſerwatki, lecz ta każdego dnia świeża być powinna, ktorey ieżeli ſię im da zaraz po urodzeniu, wyprowadza z dziecka wſzyſtkie lipkie i nieczyſte kleykowatosci z ktoremi ſię urodziło. Jeżeli pierwſzą ćwierć roku dziecko tak karmione wytrzyma, przy innych poliweczkach, i cienkich roſołkach, iuż mu nic nie będzie, i wychowa ſię bez mamki, gdy zaś iuż dzieci poczynaią inne potrawy iadać, przyzwyczaiać ie należy, by onež o pewnych, a to iednych

cza-

czasach bierały, co gdy nastąpi, nigdy nie będą miewały żołądków przeładowanych, te zaś czasy, czym daley tym bardziey przedłużać należy, przeciwnie zaś robiąc, pomieszaią się w ich żołądkach za każdą razą świeże z napulstrawionemi potrawami, ztąd surowizna w żołądku, i chciwość wielka iedzenią następuie, dziecko ktore już iest tak daleko w ten stan tey niemocy zaprawione, za zgubione poczytane być może — Między nieregularnością wychowania dzieci, i to iest nie małym błędem, zamykać ie pieczołowicie w izbach, niepozwalaiąc im świeżym oddychać powietrzem, a przecież nad to, niemalż im nic potrzebnieyszego, ani nic się tak do ich zdrowia nieprzykłada, iako, gdy zaraz z młodu od urodzenia się, świeżym powietrzem żyć i oddychać mogą, zabraniaiąc im zaś tego zaraz z pierwszych młodości czasow, rosną słabowitemi, do żadney pracy ciała zwłaszcza przycięższey niezdatnemi, a nakształt zimowych szparagow na w wpulzgniłym powietrzu zrosłemi, w dalszym zaś czasie przestrzegać tego, by nie zawdy na iedney ręce noszonemi bywały, bo się tak w grzbiecie i piersiach, iako też w szyi

zwichną i zkrzywią na iednę ſtronę, podraſtaiące, niezbyt troſkliwie chować, ani też mięko i papinkowato edukować, owſzem z laty co raz bardziey do rożnych czaſu i ciała znoſzenia niewczaſow przyzwyczaiać, odzienie dzienne, i nakrycie nocne niech będzie cienkie i lekkie, wolnego powietrza używanie ma im być dozwolone, nie obawiać ſię latem by ogorzały, bo ogorzelina ciał ſię nie chwyta na zawſze, ale tylko na krotki czas, kto zaś z natury ma być brunet, czyli ſmaglawym ten od powietrza ſamego chociażby i w pudełku ſiedział zeſmaglawieie, a nareſzcie, można ie od ſłońca doſtatecznym opatrzyć kapeluſzem, w lekarſtwa ie, ani zdrowe, ani też chore nie wprawiać, ale ie, przegładzać, myiąc i czeſząc, często, kompać w zimney wodzie przynaymniey raz na mieſiąc, to im będzie pomocne z wielokrotnym pożytkiem. —

DZIAŁ II.

Pospolite sposoby utrzymywania zdrowia---

Kto zdrowie swoie być sobie naywiększym skarbem sądzi, ten się pewną miarą pokarmow, i napoiow okryśli, a granice swym namiętnościom założy.

Jadać i piiać mamy tylko dla tego, abyśmy w sobie głod i pragnienie uspakaiali, kto te granice przestępuie, ociężałości się ciała nabawia, w takowym razie żołądek tylko gnoi, by też naylepsze potrawy, a nie trawi ich, bowiem każdego człowieka żołądek, pewną tylko miarę pokarmow trawić może.—

Doroslley osobie z doswiadczenia mego, dosyć iest na pokarm Dwudziesto-cztero-godzinny, mięsa lub ryb funt ieden Chleba funt, i inney leguminy lub też Ogrodniny funt, płynnych rzeczy, to iest: rosoł z napoiem porachowawszy

nie-

niechay na 3. kwarty wynośi, iednakże podług żołądka potrzeby wymagaiącey, można tę miarę powiękſzać lub też pomnieyſzać. — Kto wiela iadać lubi, a to ieſzcze potraw ſytych, nie trawi ich dobrze, i tylko złemi żołądka ſokami napełni ciało ſwoie. — Lepſzy powiadaią ieſt zbytek iak niedoſtatek, bo niedoſtatek ciało wynędza, ſoki wyniſzcza, wſzelką wilgoć w ciele zapala, i całego człowieka wędzi, zbytek zaś ma tym wſzyſtkim przeciwne wady, atoli w mierze życie prowadzone naylepſze ieſt. Kto ſię przemorzył, niechay nie nagle, lecz po troſze odżywia ſię, z pragnieniem tożſamo zachowywać potrzeba. — W wieku szrednim, lepiey ieſt poſiłek na dwa, lub trzy razy podzieliwſzy bierać, niżeli iedną razą żołądek obciążać, niepotrzeba wprzod drugiego pokarmu bierać, dopoki pierwſzy nie będzie ſtrawiony, komuby to zaś do większego obżarſtwa poſłużyć mogło, niechayże lepiey za iedną razą obie ſię, niżeliby miał dwa, lub trzy razy obiadać ſię. Odwyknąwſzy wieczerzy iadać, będzie ſzkodliwie wracać ſię nazad do tego zwyczaiu. — Z napoiow nayzdrowſza ieſt dla człowieka woda, i to czyſta; bez ob-

cego

cego ſmaku, i zapachu, a tym lepſza czym lekſza. — Napoie z ciepłą wodą ſporządzane, ieżeli nieſzkodliwemi, przynaymniey nieprzyzwoitemi ſą zdrowemu człekowi, bo piiący wodę ciepłą obciąża ſwoie członki, oſpałemi ie czyni, rozprzeſtrzenia, i oſłabia żołądek, kiſzki, więzy całego ciała, żyły i nyrki, a nabawia ſię kolek, bolenia żołądka, kamienia w pęcherzu, drzenia członkow, trzęſienia ſię głowy, zawrotu, i drzenia ſerca. — Kawa Arbata, i Czokulata, ktore z wodą ciepłą ſporządzane bywaią, niepozbawiaią iey tych ſzkodliwych ſkutkow, ale owſzem ie powiękſzaią. — Piwo z dobrego ſłodu i chmielu dobrze uwarzone, gdy należycie wyrobi i wyſtoi ſię, niezbyt młode i niekwaśne, nayzdrowſzym ieſt dla ludzi napoiem, lecz nawet i to, piwſzy go nadto, zwłaſzcza na iednym mieyſcu ſiedząc, pſuie ſtrawność, głowy zawrot ſprawuie, i innych rożnych wcześniey, lub poźniey niemocy nabawia. Wina niepofałſzowane i niepopſute, miernie używane ożywiaią ciało, lecz nad miarę pite, podobne zbytkowi piwa ſprawuią ſkutki, ktore wprzod rozpalaią, potym chłodzą, ciało wyniſzczaią, kwas zamnażaią, kamień,

ſtrzy-

ſtrzykanie i bol członkow ſprawuią. — Z pomiędzy win czerwone, ieſt wzmacniaiące żołądek. Kwaſkowate wino, nie tak rozpala, a zaś ſłodkie tuczące i piiane. Białe wina, aż podſtarzawſzy ſię, naprawiać ſię zwykły, ktorych po troſze używać potrzeba. — Gorzałka ieſt bardzo ſzkodliwy trunek, ſprawuie palenie, kruchemi czyni członki, i części w całym ciele, wyſuſza wſzelką wilgoć, z razu roziątrza i wzmacnia zmyſły, potym rozgrzewa żołądek, ale na końcu oſłabia wewnętrzne części ſok żołądkowy gotuiące, ſprawuie trzęſienie, nieſmak, ociężałość, wſzyſtkich zmyſłow ociętność, do wſzyſtkiego niezdatność, i rzadki takowy znaydzie ſię, ktoryby ſtatecznie wyrzekłſzy ſię gorzałki, do niey ſię nazad niewracał. — Wyrobione dobrze i wyſtałe trunki, Miod, Wiśniak, Maliniak, Dereniak, Poziomczak, i inne z Owocow i miodu napoie ſporządzane, ſą gorące a oraz chłodzące, w miarę używane żołądkom pomocne. —

Mięſiwa wſzelkie poſilnieyſzemi ſą niż leguminy lub Ogrodniny, ale też niemniey krew zapalaiącemi, a co większa do rozuzdania zmyſłow ſą wiodące.

dącemi, zimie nam lepiey dla ściſłości wewnętrznego ciepła ſłużą, latem zaś leguminy i ogrodniny przyzwoitſzemi nam ſą. — Mięſiwa bydła ſtarego i zwierząt, ſą trudnieyſze do ſtrawienia, ale też lepiey niż młodego wzmacniaiącemi ſą. — Mięſiwa ſwoyſkie ſmak łagodny maią, i nie tak zapalaiącemi krew bywaią, dzikie kruchſze, i łatwieyſzemi do ſtrawienia — Tak ptaſtwo i drob, iako też zwierzyna i bydło, czym dłuższego do ſwego wzroſtu potrzebuie czaſu, tym też twardſze mięſo wydaie z ſiebie, te zaś, ktore utuczonemi będąc, tłuſtość ſwą, nie w łoiu około nyrek, lecz w oblaniu ſię całym miewaią, takowe tym niegodnieyſzemi i niebeſpiecznieyſzemi do iedzenia ſtaią ſię — W ſadzu wykarmiony drob, ieſt wprawdzie ſmakowity, ale nie tak zdrowy. —

Z kuchni roſoły i ſoſy ſą nayzdrowſzemi, ale nie gorąco ie iadaiąc, niezbyt mocne, ani też korzenne, po nich ma ſwoie mieyſce pieczyſte nie nadto tłuſte, ani chude, nie ſpalone, ani zbyt wyſuſzone, potym naſtępuią potrawki rożne przy wolnym ogniu gotowane, ale naynieſtrawnieyſze, i żołądkowi nayciężſze ze wſzyſtkich bywa mięſo z zup, lub

bu-

bulionow wygotowane. — Mięſiwa ſolone i ſłoniny nie ſą bardzo zdrowe, ale niezdrowſzemi ſą wędzonki, mięſiwa nie poſolone i zaczynaiące ſię pſować, ſprawuią Febrę, Szkorbut i Maligny, czym twardſze będzie mięſo tym mnieyſzemi kawałkami ma być pożywane, dla doſtateczniey-ſzego pozucia go. — Krew zwierząt i drobiu ieſt niezdrowym, i nieprzyzwoitym ludzkiemu rodzaiowi pokarmem. — Maſło świeże i niezepſute, tuczy i rozwalnia ciało ludzkie, rozpuſzczone zaś albo zepſute kazi żołądek, zapala krew, i do zgnilizny przyſpoſabia, lubo nie tak bardzo iak popſuta tłuſtość. — Syr odkładany ieſt dobrym mocnemu żołądkowi pokarmem, bryndza ieſt zapalaiąca, a twarog ſtrawny. — Jayca wſzelako gotowane ſą tuczące bardzo, lecz miękko tylko gotowane ſą ſtrawne. — Ryby zwłaſzcza ktore nie maią łuſki na ſobie, ſą bardzo kliiowate, ryby żyiące rybami ſą trochy twardſze, atoli wſzelakie ryby ſolone, ſuſzone, lub wędzone, ſą zawdy podleyſze, nad mięſiwa takowym ſpoſobem urządzane. — Wſzelkie użyte rośliny na pokarm nie tak ſą ſtrawnemi iak mięſiwa, lecz za to częſtokroć ſmakowitſzemi bywaią, nie ſą

ſmro-

ſmrodliwey zgniliźnie podległemi, nie zapalaią krwi, ani iey też niezgęſzczaią, ztąd nieſprawuią zapalenia, ani gwałtownego poruſzenia w śledzienie lub inſzych częściach wnętrzności. Rośliny wſzelkie, ktore poźno dośc													igaią, bywaią twardſzemi, i trudnieyſzemi do ſtrawienia, co ſię ma i o owocach rozumieć. — O całość zdrowia ſwego aż do wykwintow nieprzyſtoi być wymyślnym, ani też beſpieczną rzeczą ieſt zbyt dufać ſwoiemu zdrowiu — Umyſłu ſpokoyność, agitacya, i mierność, ſą to trzy rzeczy ktore nas do czerſtwey ſtarości doprowadzaią, do ktorey naywięcey po wſiach ludzie przychodzą. — Gdy cię co zmartwi, dnia tego, chyba co lekkiego i to mało iedz, ſtrzeż ſię picia, a ſtaray ſię to iak nayprędzey z głowy ſobie wybić. — W paſſyą i zapalczywość wpadłſzy zimnego napoiu iak ognia ſtrzeż ſię, niemniey, wſzelkiego trunku, zatopienia ſię w zamyśleniu, iako też wſzelkich nieſtrawnych i tłuſtych pokarmow, zażyi uśmierzaiącego lekarſtwa. Przeſtraſzywſzy ſię czego uday ſię na ſpobzynek, a dla pokrzepienia ſił ſwoich, możeſz ciepłey Arbaty, Kawy, lub też ſzklankę wina dobrego wypić. —

Przy-

Przyuczay się do rożney pory czasu, i położenia powietrza. Suche a zimne iest nayzdrowsze, gorące osłabia, wilgotne a zimne, osłabia, zaraża, i soki w człowieku kazi, w powietrzu niezdrowym gdy zarazy i choroby panuią, trzeba się ciepło nosić, by przeduchy w ciele ludzkim dobrze parować mogły, oziębienia się strzedz, zbytku w iedle i piciu przestrzegać. — Kto iuż od zimna lub upałow letnych chorował, w takim się pozostała skłonność do teyże niemocy, od ktorey go zachować może suknia przyzwoita czasowi, mierna agitacya, i szczupłość pokarmu i napoiu. — Zimą niewychodź z gorącey izby nagle na zimno, latem o południu z głową odkrytą nie siedź na słońcu, zgrzawszy się nie zastanawiay się na chłodzie gdzie powietrze ciągnie, sukni nie zrucay z siebie dla ochłodzenia się, ieżeli chcesz rumatyzmu, kataru, i podwionienia lub Paraliżu uyść, ale usiadłszy spokoynie na ustroniu, czekay aż ostygniesz. Poruszenie ciała przyśpiesza krążenia krwi, zaostrza apetyt, sen spokoyny sprawuie, zdrowie konserwuie, ale zbytne i nadzwyczayne mordowanie się, staie się przyczyną rozmaitych niemocy, i sił

po-

pozbawia. — Ustawiczne siedzenie i bezczynność szkodliwsza iest człowiekowi, iak zbyteczna agitacya, bo siły sprężystość swoię tracą, wszystko w człeku gnuśnieie, soki i chumory do skazy dążą, ostrosci nabywaią, żołądka strawność słabieie, ciało ociężałe nabrzmiwa, i tłustości iak nalaney nabywa, a kto do tego ieszcze miary w iedzeniu i piciu przebiera, passyom swoim pozwala, namiętnosciom dogadza, tym bliższym schyłku zdrowia swego znayduie się, nagle także z bezczynnego sposobu życia do pracowitego przechodzić, iest rzeczą niebespieczną. — Po lat trzydziestu uymoy sobie iadła, bo iuż ciało i kości w mierze wzrostu stanęły, iedząc bowiem nad potrzebę będziesz tłustniał, a tym samym, soki w ciele twoim nad potrzebę zgromadzaiąc, do zgnilizny przyprowadzisz, zkąd widziemy że tłusty i twardego ciała rzadko długo żyie, zwłaszcza gnuśne życie prowadzący lub głową tylko pracuiący, co atoli ma być podług strawności żołądka i agitacyi miarkowano. — Biegać, skakać, borykać się dzieciom byle nie nad siły dozwalać można, to im służy do wzrostu ciała, i nabycia mocy, byle tylko uszamotawszy

się

ſię nic zimnego nie piły, lub ſię nagle nie chłodziły, takowa iednakże agitacya ſłabowitym, delikatnym, chorowitym i do płynienia krwi ſkłonnym, ſzkodliwąby była. — Parowanie ciała koniecznie ieſt potrzebne, ktore utrzymywane bywa poruſzaniem ciała, i pracą, pod miernym nakryciem przy ſpokoynym ſnie, wſtrzymuie ſię zas, przeſtrachem boiaźnią, i oziębieniem ſię; wſzelka rzecz krew burząca i onęż rozpalaiąca, pomocna bywa do utrzymania parowania. Strzeż ſię potu gwałtem z ciała ſwego wyciſkać, albo iuż płynący zatrzymywać, ale maſz ſię ſtarać przyczyny tak potu, iako też i zatrzymania iego uprzątać. Potu w niektorych tylko częściach ciała znayduiącego ſię, iako to w nogach, pod pachami, i w rękach ſtrzeż ſię zaſtanawiać, bo lubo on naprzykrzonym i nie zbyt ochędożnym zdaie ſię, ale ciału bardzo pożytecznym bywa, pot dobrowolny bywa pomocnym i ſzkodliwym, czyni on lekſzym człowieka, ale ſłabſzym, zbytne zaś i przedłużone pocenie ſię niſzczy, i wytrawia człowieka. — Ktorzy z zaziębionego potu, lub z nagłego wſtrzymania parowania cierpieli, iuż łamanie w

ko-

kościach, ſcyatykę, zarażenie członkow, zapalenia, i gorączki, a uleczonemi z nich zoſtali, ſkłonność w ſobie do tych niemocy noſzą, od czego ich uchowa, trzymanie zawdy ciepło i ſucho nog ſwoich.— Ludzie ktorzy ſłabowitey żył ſuchych oſnowy bywaią, cierpią nayczęściey uciążliwość od wilgotnego zimna, bo to parowaniu z ciał ich przeſzkadza, na co ciepło przy piecu, nacieranie ſię flanelą, i przyśpieſzenie parowania, obfitym ciepłey arbaty używaniem, nayleplzym bywa im lekarſtwem. — Biegunka czaſami bywa na zdrowie, ktorą ſię przyrodzenie od wiela złego oczyſzcza, wſtrzymywanie iey byłoby rzeczą ſzkodliwą, ale po trzech lub czterech dniach, zwłaſzcza gdy bez bolu bywa, przy dobrym apetycie, zaſtanawiaiących lekarſtw można będzie użyć, pod bytność zaś oney potraw tłuſtych, mięſa, i Piwa ſtrzedz ſię przynależy, pod czas agitacya po ſłońcu odprawiana pomaga na nię, i znoſi ią.—Twardość ſtolca przy zdrowiu, ieſt właſna nayzdrowſzego żołądka ludziom, i o mocy ciała upewniaiącym znakiem, potrzeba iednak zimnym napoiem, lub pożywaniem Owocow przyśpieſzać go, bo może

że

że ſię w zatwardzenie obrocić, ſtolec rzadki, i zbyt miękki, albo ieſt z niemocy kiſzek, i nieſtrawnosci żołądka, albo też z niżſzey części ciała ſłabości pochodzącym. — Gdy komu ſtolec, o zwyczayney porze nieprzypada, a zatwardzenie uczuć ſię daie, trzeba ſię wſtrzymać od mięſiw twardych, chleba świeżego, legumin ciężkich, na noc zaś zażyć preparowanego winnego Kamienia, Kremortartary zwanego. Cholerycy maią być nad innych na ſwe ſtolce baczniey-ſzemi. — Uryna w zdrowym ciele być powinna koloru ſłomianego, a czaſem wyżſzego, po obfitym zaś piciu, bledſza a obfitſza, po ſpoceniu czerwonawa, a przyſkąpſza, zawdy czyſta, a poſtawſzy cokolwiek, obłoczek mieć powinna. — Gniew lubo do ſproſnych namiętności należy, atoli czaſem pomoc może do zdrowia, w ciałach ociężałych, i gnuśnych, dodawaiąc im pomcy i ognia, który im ſtanie za lekarſtwo tak iak i śmiech. Jako namiętności zbytnego iedzenia i picia rozpędzaią ſen, lub mu przeſzkadzaią, tak przeciwnie zbyteczne czuwanie, ciało, wytrawia i zdrowie oſłabia. — Sen zdrowy powinien być ſpokoyny bez marzenia ſię i utrudzenia umyſłu, który

ſiły

ſiły pokrzepić, a ducha ocucić ieſt zdolny, zbytnie oſpalſtwo gnuśnym czyni i głupowatym ſprawuie. — Sny gwałtowne, lękliwe i nieſpokoyne, iako też częſte przebudzanie ſię śpiącego, ſą znakiem ukrytey lub tuż wybuchnąć maiącey choroby. — Nie kładź ſię ſpać na takowym mieyſcu, ktorędy powietrze ciągnie, bo ci ſwą zimną wilgocią zaſzkodzi, ale będąc zdrow przywykay pod lekkim nakryciem ſypiać w zaciſzu, pierzyny bowiem i piernaty wyciſkaią pot z ciała, i ſłabości nabawiaią, ſen p łudniowy ociężałości ciała i gnuſności bywa przyczyną, krew do głowy zgromadza, przeto ſię go ſtrzedz potrzeba, gdy ci ſię zaś na ſen żabierać będzie, natychmiaſt wychodź na przechadzkę aż ominie, po wieczerzy zaraz iść ſpać ieſt także niezdrowo zwłaſzcza ludziom wieku śzredniego. — Kto nieſpokoynie ſypia, niechay na noc nic nie iada, chyba trochy roſołu lub iarzyny, i nic nie piia, chyba ſzklankę zimney wody, i na zimnie niechay ſypia. — Przyzwyczaiać trzeba dzieci, żeby wſzyſtko iadały, ale ie nie przymuſzać do tego, bo znayduią ſię takowe natury, że nie koniecznie wſzelką ſtrawę iadać mogą. — Nie przy-

zwyczaiay dzieci do trunkow, woda dla nich ieſt przyzwoita, nie daway im wodki, bo ona doroſłym nawet ieſt trucizną. — Czuieſz nieſmak i niechęć do iadła, znak to żołądka pełnego, wſtrzymayże ſię od iadła, wypoczniey ſobie i żołądkowi, nieprzymuſzay go nad ſiły iego, bo to nierozumna ieſt, ale przegladzaiąc, wytraw ſię, nie iedz poki ieść możeſz, ale do poki ci ſmaku e, bo obżartym zoſtanieſz przy gnuſności ciała i oſępieniu umyſłu. Ten zaś kto wiela i ciężko pracuie, niech także wiela i ſytych pokarmow zażywa. Szynki, wędzonki, i pekeſleyſz, czyli ſolone mięſiwo, niechay iadaią mocni i młodzi ludzie, nie zaś wypracowani, ſtarzy, ſłabi, wyniſzczeni i ſiedzeniem ſię uſtawnie bawiący, bo ſobie tym żołądek zepſuią. — Kto do kwaśnego, lub gorzkiego odrzucania, i do zgagi ſkłonnym bywa, niechay nic tłuſtego, nic ſmażonego, ani legumin nie iada. — Zbytnie iedzenie Sliw, Poziomek, Agreſtu, winnych gron i tym podobnych Owocow, odmię ci żołądek i innych cię niemocy nabawić może, bo wſzyſtko chociaż zdrowe i ſmaczne, zbytkiem iednakże używane zaſzkodzi. — Bądź ſobie ſam Doktorem, gdy wieſz że

ci

ci co nie ſłuży, nie iaday tego, lub nie piiay. — Zgrzawſzy ſię przy iakowey pracy, można dla ochłodzenia ſię ieść Maślankę, mleko, lub przyprawną ſałatę, ktore pokarmy chłodzą i pośilaią, lecz oboie razem ieść, nie żę wſzyſtkim beſpieczna. — Jeżeliś żołądek przeładował, nie pii wina, bo to rzadko do ſtrawności pomaga, owſzem części oney przeſzkadza, ale pii wiele arbaty; a tak wypłuczeſz żołądek. — Na tłuſte i ſłodkie potrawy, nie pii wina bo nie ſłuży. — Staremu i ſłabowitemu, ſłuży ſtare, wyſtałe, i lekkie wino. — Gdy poſtrzeżeſz po ſobie iakowe znaki ku chorobie, ſtrzeż ſię każdego trunku i żyi miernie. Zbytne dogadzanie lubościom ciała, tak zbyt młodym, iako też i ſtarym, a przy tym ſłabowitym, aż nadto ſzkodliwe bywa; bo im ciało oziębia, wyſuſza, wyniſzcza, drzenia członkow, bolow w ſtawach, w pęcherzu, łamania po kościach, i innych niemocy nabawia, mierne zaś tegoż i w przyzwoitym wieku używanie, orzeźwia ciało, hipokondryą, i śledziony niemoc oddala, febry nawet odwraca. — Kto wody mineralne dla ukontentowania tylko bez potrzeby zażywa, wprawia ſwe ciało w złe dyſpozycye humorow. — Ty-

tionu ciągnienie ſprawuie obfite ſpluwania śliny, ktoreyby bardziey oſzczędzać przynależało, bo ta pomaga do ſtrawności i tuczy ciało, wypluta zaś, oſuſza go i wytrawia, co naylepiey na chuderlawych poznać ſię daie, pamięć przytępia, i ſuchym żyłom tytioń ieſt ſzkodliwy, ſprawuie naturalną tęſkność, i w śledziony niemoc wprawia, z tym wſzyſtkim, kto ſię w kurzenie tytionu wciągnie, iedyną w nim ſwoię pokłada zabawę, podobnie by piiak w trunku.—Tabaka z tegoż ziela ſporządzona, ma rownąż lubo nie tak na oko znaczną właſność, do tego i węch odeymuie. — Słodyczy ſnu, ſam tylko bezintereſſowny, miernie żyiący, zdrowy, i przeſtaiący na ſwey doli, chociaż i na twardym łożu, pracowity zażywa goſpodarz, przeciwnie zaś, nieznaią oney prozniacy, ani w pożądliwościach ſwoich zatopieni ludzie, ktorzy większą część czaſu, leżąc, na nudzeniu ſię i troſkach martwiących ich przepędzaią. — Oſpalcy czas ſnowi wyznaczony uprzedzaią, czym gnoią w ſobie krew, dla człowieka bowiem zdrowego, ſnu godzin 6. w miarę, 7. doſyć. 8. nadto.

DZIAŁ

DZIAŁ III.

Jak zapobiegać chorobom.---

NIEKTORE choroby pochodzą przez się z powierzonych przyczyn, to iest: z oziębienia, z szkodliwych i niestrawnych potraw, z zarażenia się od drugiego, z otrzęśnienia się, z upadku, z skaleczenia lub zaskalenia się, i tym podobnych więcey, a te nazywaią się powierzchownemi przyczynami. — Wewnętrznemi zaś przyczynami są, skaza wnętrznych części, lub zepsucie sokow ciała, czym wszystkie czynności iego ruynuiąc, iedne choroby z drugich wywodzą, iak suchoty od plucia krwią, womity od zatwardzenia lub popsucia żołądka, krwią żyganie od zerwania żyły, kolka fałszywa od iadowitey materyi, i inne rożne z Rodzicow sukcessyonalnie nabyte. — Choroby z Rodzicow sukcessyonalnie zaciągnione w dzieciach, są to kary, ktorych sku-

ſkutki nienależące do uczeſtnictwa wyſtępkow Rodzicielſkich dzieci, wraz z Rodzicami ponoſić muſzą. — Zkąd Rodzice ieżeli prawdziwą miłością dzieci ſwoie kochać pragną, niechay ſię wyſtrzegaią tych przyczyn, ktorych ſkutki nieſzczęśliwemi ich, i dzieci z niemi na całe życie uczynić mogą. —

Jako tedy złe i wkorzenione namiętności wſzelakie z ſiebie zbrodnie wywodzą, tak też z tych popełnionych, choroby znowu łatwo wynikaią, zwłaſzcza przy ſprzyiaiących im okolicznościach, ktore to okoliczności na ſześć przyczyn głownieyſzych dzielić tu będę. — *1wſza.* na Powietrze. *2ga.* Jadło i picie. *3cia.* Poruſzenie ſię i ſpoczynek. *4ta* Namiętności. *5ta.* Sen i czuwanie. *6ta.* Wyprożnienie. —

o Powietrzu.

Powietrza właſności ieſt kilka, ktore ſtać ſię człowiekowi ſzkodliwemi mogą, to ieſt: zimne, gorące, popſute, nieczyſte, i iadowite, zimne powietrze dzieli ſię na ſuche i wilgotne. — Suche zimno ieſt nayzdrowſze, umacnia całe ciało z żyłami, i ſtrawność ſpra-

wuie,

wnie, pułnocny iednak i wſchodni wiatr zbyt zimny i mrożący, bardzo ſwym przerażaiącym zimnem ſzkodliwy ieſt, zwłaſzcza maiącemu cienką odzież, lub nieoſtrożnie ſię na niego narażaiącemu, iako też i temu, ktory dla opatrzenia ſię przeciw niemu, gorzałką ſię upiie; nad ktorą iednakże w tym razie niemaſz nic niebeſpiecznieyſzego, ktora przez nagłe zburzenie krwi, nieznacznie człowieka w ſen wprawia, ſen zaś na zimnie śmiercią ſię kończy. — Zamiaſt ktorey ciepłym piwem, lub winem, albo też roſołem zagrzawſzy ſię, udać ſię w drogę możeſz, w tey gdyby ci zimno dokuczało, iście krokiem ſporſzym od niego cię obroni. — Zimno wilgotne nierownie ſzkodliwſze ieſt niżeli ſuche, z tego pochodzi wiela chorob, iako też wſzyſtkie rodzaie Katarow, ſapek, kaſzlow, bolenia gardła, bole głowy, fluxyie, febry, zębow i uſzow bole, nabrzemienia rożnych części ciała z bolami, ogrążki, ſtracenie apetytu, całego ciała nieſpoſobność iak po zbiciu, bol krzyża i ſtawow, ſtrzykanie w członkach, Scyatyka, kolka, biegunka, zatkanie i Paraliż. Atoli żyiący pomiernie i trzeźwo, ſił ſwoich oſzczędzaiący,

zby-

zbytnie ſię nierozgrzewaiący, niepowinni ſię pomienionych ſkutkow zimnowil-gotnego powietrza obawiać. — Rozgrzawſzy ſię mocno, lub podpiwſzy ſobie dobrze, niewychodź rozebrany dla ochłodzenia ſię na zimno wilgotne powietrze, gdyż ſobie tym mocno zaſzkodziſz, bo pot wyſtępuiący na wierzch, zimnem nazad wpędzony w ciało, i tym zaciśnione potne dziurki, gwałtownie humor ten ktory miał wyiść potem, wpędzaią w iakową część ciała, ten oſiadłſzy w niey, ſprawuie fluxye, ſuche bole, łamanie w kościach, i ſtawach, lub odięcie władzy, w członku iakim, lub części ciała. Te zaś choroby nie mogą być inaczey uleczone, tylko używaniem cieplych, i pot wyprowadzaiących lekarſtw, zażycie na wymioty cudownie prawie w tym razie czyni ſkutki, bo wyrzuca oſtrość w wnętrznosciach oſiadłą, ſuche żyły i nerwy obrażaiącą, i z całego ciała mocą uſiłowania i wſtrząśnięnia, przez pot, ſzkodliwą oſtrość uprząta, złe to, tylekroć ſię powiękſza, ilekroć ſię na nowo człowiek oziębia, bo każdy niedołężny od wſzelkiey przygody i przykrego powietrza, wedwoynaſob nagabywanym bywa, ztąd łatwo ſię domyślać

mo-

można, że ci ktorzy Głowy bol, fluxye, łamanie po członkach, i tym podobne cierpią niemocy, musieli być kiedyś w piwnicach, Kosciołach, lub zimnych ustroniach, temi bolami i gorączkami zarażeni. — Nie koniecznie zaś tylko w pomienionych mieyscach zarażonym być można, ale nawet w domu; aż nadto łatwo, przytrafić się może; naprzykład: na Wiosnę gdy ciepleć poczyna, zamroz z ścian wyszedłszy, wilgoć utrzymuie, w izbie zaś gdy będzie gorąco, aż do upocenia się napalono, trafi się wyiść nagle, okno w sieni otwarte zastanie się, lub pomimo okna, powietrze niby wiatr ciągnące przez długą sień, lub inne do tego sposobne mieysce, nagle owieie Człowieka, w tym zaraza Paraliżowa, Rumatyzmowa, lub katarowa, temu głowę, szyię, temu rękę, nogę, lub inną którąkolwiek część ciała odeymuie, albolitеż suchotami nabawia, że temu wszystkiemu wilgotne zimno przyczyną bywa, pokazuie się ztąd, iż też same niemocy napadaią, zmordowanych i zagrzanych, gdy się nagle zimnego napiią napoiu, lub nagle w zimney kąmpieli skąpią. — Trafili się komu, tym lub owym sposobem oziębionym zostać, niechay się natychmiast przy cieple rozgrzać iako

nayprędzey ftara, popiiaiąc Arbaty cie-
pley, by nazad potne dziurki, otworzo-
nemi zoftawfzy, parowanie przywro-
ciły.—

Szkodzi także nie mało gorące po-
wietrze, gdy od słońca tak rozpalone bę-
dzie, że w gwałtowny pot i z sił opadnie-
nie człowieka wprawia, bo słońce paląc
długo i prosto na doł, psuie soki ciym,
nifzczy całą osnowę iego, roziątrua,
zapala, krew do prędszego krążenia po-
pędza, ztąd powstaie pot, pragnienie,
cmdłałość, i żułty kolor na twarzy.

Choroby letney pory trzymaiące
się, pochedzą nayczęściey, albo z zepsu-
tey żołci, albo też z zepsutych sokow
żołądka lub wnętrzności, z tych cholera,
zgniła gorączka, żułciowa gorączka, Dys-
fenterya, biegunka, czarne lub zielone
womity, i Febry.— Można tych niemo-
cy łatwo ustrzedz się, unikaiąc gorących
i zbyt zimnych napoiow, a zapociwszy
się, nie zaraz się rozbierać. — Jeżeli są
nocy chłodne, potrzeba się cieplcy odzie-
wać, mięsa niewiele iadać, ale tym
więcey owocow i ogrodnin, zwłaszcza
gdy się zaraza naprzykład Dyssenterya
iuż daie słyszeć, i lubo nieznacznie, szko-
dzi atoli bardzo wieczorny chłod, po

par-

parnym dniu następuiący. — Mniemanie to: że ludzie iedząc Owoce, dostaią od nich Dyssenteryi ztąd się zawziąść musiało, że gdzieś pod ow czas trafiły się przypadkowe dyssenterye, gdy owoce naybardziey zrodziły, i wnoszono sobie omylnie, że tey niemocy Owoce przyczyną być muszą, tym łatwiey, bo pod zmysły im podpadały, gdzie istotną tey choroby przyczyną, chłodne powietrze było. Czyliżby to przystało nayłaskawszemu Stworcy, by na naszą zgubę miał dawać urodzaie Owocow, (niech ta myśl w nikim niepostoi) i owszem iako naymędrszy, dodaie owocow wtedy, gdy ich nkywiększa potrzeba do ratowania się niemi, od zaraz i chorob ukazuie, owoce bowiem swym kwaskiem i chłodzącą siłą, sprzeciwiaią się psowaniu się sokow, i można ie słusznie mieć za lekarstwo przeciwko nim, bez nich gorące kraie Włochy, Hiszpania, i inne, gdzie Cytryny i Pomarańcze obficie rosną, zarazami wkrotce spustoszałyby, u ktorych owoce są prezerwatywą w lecie, a lekarstwem pod czas upałow. — Atoli obiadłszy się kto owocow, gdy się ieszcze do tego zaziąbi, łatwo dostanie dyssenteryi. — Ktore to oziębienie

nie ſię, i w naywiękſze upały przytrafić ſię może. — 1wſze. Po znaczney pracy, albo zmordowaniu ſię, zruciwſzy ſuknie gdzie w chłodzie ſiedząc, ktory wtedy naymilſzym zdaie ſię. 2gie. Dla dogodzenia ſobie pod czas wielkich upałow, ſtawaiąc na tych mieyſcach, ktorędy powietrze zimne ciągnie, lub idąc do laſa gdzie ſię zazwyczay wilgoć trzyma, i tam położywſzy ſię na trawie dla wypocznienia, lub zdrzymania ſię na iaką chwilę. 3cie. Spociwſzy ſię przewdziewać koſzulę, lub do piwnicy dla ochłodzenia ſię poſzedłſzy, aż do oſtygnienia zoſtawać, łatwo ztąd mdłości, paraliżu, śledziony, żołądka, i kiſzek bolu nabawić ſię można. 4te. W Sierpniu nadewſzyſtko, gdy iuż nocy chłodne i zimnieyſze bywaią, w koſzuli przechodzić ſię po dworze, lub po ogrodzie, alboliteż otworzywſzy drzwi, lub okna ſpocono ſtanąć na przewiwaiącym powietrzu, można temi i tym podobnemi ſpoſobami wśrzod lata nawet oziąbić ſię. Będzie zaś nierownie, dla uniknienia ktorego z pomienionych nieſzczęść lepiey, zagrzawſzy lub zapociwſzy ſię, cierpliwie i ſpokoynie w ſukniach na uſtroniu oczekiwać, aż potne dziurki zwolna po-

zawie-

zawieráwszy się w ciele, od gorąca i parowania cię uwolnią. — Można dla posilenia się w gorącu, wypłukać gębę zimną wodą, lub przykąsić owocow soczystych, niechay nam przykładem będzie bydło, ktorego zgrzanego nie poiemy, a gdy go się napawa to przerwano się mu pić daie. Niechayże, i nam ta nauka służy za prawidło w gorącu. — Nakoniec złe powietrze, i zaraźliwe bywa, gdy się napełni wyparami z ciał chorowitych na rożne choroby. Maligny, i inne zaraźliwe niemocy paruiącemi, gdy zàduchami z bagnisk, błot, jezior, wylewow wod, z leżącego po drogach ścierwu, z gnoiu ludzkiego i bydlęcego, napełnionym zostanie, ztąd to niektorych lat powietrze morowe, i choroby zaraźliwe panuią, bo każda zgniliżna, i zepsuta rzecz, wypuszcza zaduch iak parę z siebie, ta napełnia powietrze, miesza się z nim i psuie go, otoż to przyczyna, że poniektorych Kraiach pewne choroby, regularnie oswoione, i iak domowemi bywaią, gdy o tenże czas inne Kraie przyległe wolnemi od nich zostaią. — W takowym razie, gdzie zaraza panuie, uiąć sobie wszystkiego, ściśle życie prowadzić, z zarażonemi obcowania

wania wyſtrzegać ſię. — Także nie mało pomagaią do zarazy, małe i niſkie chałupy, gdzie wiela ludzi w iedney izbie mieſzkać zwykło, z wyparow i zaduchow ludzkich, napełnia ſię powietrze, przez zamknięcie izby pſuie ſię, ſtaie ſię iadowitym i zarażaiącym, tam ludzie zaczynaią chorować, dla czego nierozſądnie tym bardziey izbę od wiatru zamykaią i opatruią, zaraza gorę bierze, z chorego wedwoynaſob parowanie powiękſza ſię, kładą ſię i inni, parowanie wzmaga ſię większe, maligny, łożnice, i biegunki gorę biorą, z chorych uryn, i ſtolcow zaraźliwe powſtaią zaduchy, czym nawiedzaiący chorych, i uſługuiący im, zarażaią ſię, złe ſię powiękſza, zaraza ſię rozchodzi, ztąd mor, a daley powietrze naſtępuie, a przecież w początkach, łatwo przewietrzeniem ſię, i izb otwieraniem zabieżeć było można. Z teyże ſamey przyczyny, umiera wiele dzieci w oſpie, ktora ſwą właſnością zaraża, i nieczyſtym czyni powietrze, tym bardziey tam, gdzie dwoie lub troie, w iedney małey i niſkiey izdebce, na nię choruiących leży, dla doświadczenia, uchylić kołdry, czyli nakrycia na oſpę choruiącego, a zobaczyć

mo-

można iakowy smrod z pod niey uderzy, w takowym smrodliwym zaduchu, muszą mizerne chorujące dzieci leżeć, ktorego smrodu połowa nazad w ich ciała wracać się musi, potami tedy, lub samym dobrowolnym parowaniem przez skurę z ciała, z uryny i z stolca, zapaskudzić się powietrze w izbie może, a ieszcze bardziey tam, gdzie niechluiowato żyią, że urynałow i stolcow zaraz niewynoszą, zkąd cierpieć musi tak chory, iako też i usługuiący onemu, tak insi mieszkańcy tey izby, iak Doktor, i Xiądz, ktorzy chorego odwiedzaią, bo wszyscy tą nieczystoscią, tą zgniliżną zmieszaną z powietrzem, oddychać muszą, a tak chory, ktory iuż wiela zepsutych chumorow miał w swym ciele, na nowo ciągnie w siebie nową podniętę złego z chorobą i zarazą. — Czemu zapobiegaiąc, potrzeba się starać iako nayprędzey naprawić powietrze, wszełki odchod chorego natychmiast wynosząc, przewdziewaiąc mu często koszulę, a prześcieradła, i wilgotne posłanie, susząc i odmieniaiąc, otwierać okna, dla wpuszczenia do izby, świeżego i czystego powietrza, a wypuszczenia zaraźliwego, otwierać zaś tylko iednę kwate-

rę

rę i to onęż ukos trzymaiąc, a ieżeliby był wiatr, to okno czym zasłonić, lub też otworzyć i drzwi, a tak się wiatr, nie na chorego, lecz do drzwi obroci. Wykadzać izbę zwłaszcza ieżeli dla iakowych przyczyn, okna otwierane być nie mogą, lub niemogąc świeżego powietrza dla chorego wpuścić, można iałowcem, lub iałowcowemi trzaskami kadzić, na węgle lać ocet, aby się wykużył, rowneyże pomocy i prędkiey, zapaliwszy prochu trochy, ktory wielką odmianę w powietrzu zwykł czynić, zażywać można. —

o *Jedzeniu i Piciu.*

Jadaiąc dobrze sprawiedliwiebyśmy ztąd być powinni zdrowemi, ale dla przeładowania żołądka, i niedobrych własności potraw ktore pożywamy, chorować nayczęściey zwykliśmy. — Między szkodzącemi zdrowiu ludzkiemu potrawami, rachuią się wędzone mięsiwa. Jarzyny wszelkie, co się w strączkach rodzą, niewyruszony, niewypieczony, ciepły chleb, i niedoyrzałe owoce. — Mięsa wędzonego, osobliwie sedentaryą się bawiący, Hipokondryacy, do ostrości krwi, i ody-

i odymania fkłonni ftrzedz fię maią, ktore gdy będzie bardzo wyfufzone i zefchłe, a do tego zbyt flone, oftrym i niezdrowym nad zamiar ftaie fię pokarmem. Pekeflayfzu można prędzey pożywać bo fię łatwiey fol z niego da wypłukać. — Nayfzkodliwfzą rzeczą ieft przeftarzała kwaśna kapufta, ktora dawnoscią fwoią tak zwykła kwaśnieć, że iey iuż prawie ieść nie można, i gdy ieszcze z wądzonką ugotowana będzie, tym bardziey złe powiękfzone gorfzym fię ftaie, bo kwaś kapuściany krew zaraża, foki żołądkowe w ciele pfuie, i fam żołądek wynifzcza. — Jarzyny w ftrączkach fię rodzące, fą ofobliwie tym fzkodliwemi, ktorzy albo z natury flabowitego żołądka, albo też zdrowia mizernego bywaią, wiele fiadaią, lub ktorzy dopiero z choroby powftaią, i tym ktorzy blado albo nabrzmiało wyglądaią, przeto nie fłużą tym, ktorzy fiedzący na chleb zarabiaią, bo ich odymaią, ftaią fię im flegmiftą i twardą ftrawą, zatykaią wewnętrzne naczynia, fprawuią zatwardzenia, iadaiąc ie zwłafzcza przez czas nie mały i wiela, z tychże przyczyn, doftaie wielu z częftego pożywania kartofli, zatkania kifzek w dol-

ney części ciała. — Potrawy maią być podług wieku, zdrowia, sposobu życia, i sił każdego obierane, starzy i wypracowani ludzie, niechay miękkie potrawy iadaią, a więdlin, wędzonek, i solonego mięsiwa wystrzegaią się, bo oprocz tego: Starość do mnożenia chumorow, sama przykłada się. toż samo ma się rozumieć o leguminach, między ktoremi wielka rożnica zachodzi, iedne z nich są lekkie, miętkie, pożywne, drugie zaś ciężkie, tłuste i nie zdrowe, do miętkich ściągaią się nabiałowe, z jay i pszenny mąki robione, czarna mąka czyni potrawy zakalistemi, słabe żołądki trawić iey nie mogą, tłuste na smalcu smażone leguminy, bywaią ciężkie, iako też mąki i siemiona zagorzśniałe. — Wielu błędnie sądzą, że sobie potrawy tym lepszemi uczynią, gdy ie tłustością poleią, ale tym staią się im obrzazgliwszemi, cięższemi, sprawuiącemi im, pragnienie, gorycz, odrzucanie się, palenie, zgagi, morzyska, i twardość żołądka, zamiast mąki, lepiey wziąść na mleku lub wodzie rozczynianego, a dobrze wypieczonego pszennego chleba. — Sol iest to korzeń, ktory miernie wmieszany w potrawy, smaku im dodaie, i do

stra-

ſtrawności pomaga, w tym mieyſcu błądzi wielu tak uczonych, iako też i nieuczonych ludzi, z ktorych iedni niechcą wcale Soli, aby wſzyſtko ſłodko gotowano było, a to obawiaiąc ſię oſtrosci w ſwą krew wprowadzenia (śmiechu godny przeſąd) drudzy zaś oſobliwie piiacy, lubią ſłono bardzo iadać, ktorym zbytnia ſłoność czyni potrawę oſtrą, wzbudza pragnienie, iątrzy żołądek, pſuie krew, wyrzuca na ſkurę liſzaie i kroſtki, przyprawia o ſłone fluxye, ſkąpość zaś ſoli czyni iadło nie ſmacznym, hamuie ſtrawność, niedoſtarcza naſzey krwi ſoli ile ona iey potrzebuie, i flegmę mnoży. — Slędzie i inne bardzo ſolone Ryby, maią być wcale z używania wyrzucone. — Maſło, mięſo tłuſte, potrawy tłuſte, tym ktorzy zbyt tyią, ktorzy na hipokondryą choruią, ktorym ſię częſto odrzuca, i ktorych zgaga pali, ſą niezdrowe, tłuſtość tuczy, pomnaża żułć, onęż zgęſzcza i zaoſtrza, mocnego żołądka potrzeba, by ią należycie mogł ſtrawić, wſzelako chleb z maſłem zwłaſzcza młodym, ieſt zdrowym, bo maſło świeże ieſt nierownie zdrowſze niżeli przetapiane. — Wſzelki ſtary a tłuſty ſyr, ieſt oleiowaty, oſtry, i dla

tego ſzkodliwy, świży, a miękki, łatwieyſzy ieſt do ſtrawienia, ale i tego wiela zażywaiąc, zamula żołądek i zaflegmia go, ſłabym ieść go wcale nienależy. — Kminek pędzi wiatry, toż czyni cybula, rzadkiew, anyż, i inne, ale coż potym, kiedy ie też ſame ſtrawy pomnażaią, należy ſię tym, ktorzy ſą ſkłonni do odymania, onych wyſtrzegać, chleba z kminkiem lub anyżem, by kolek niedoſtali nie iadać. — Choroby, ktore ſłone rzeczy, ſtrączkowate jarzyny, i wędzonki ſprawuią, nie zaraz ſię uczuć dawaią, pomału ſię zbieraią, i niby tleią, czaſem iuż maiąc wybuchnąć, iakowemiś przeciwnemi przyczynami, bywaią wſtrzymywane, i przyduſzanemi, aż gdy do tego poda iakowa namiętność ſpoſobność, naprzykład: gniew, umartwienie, piiaństwo, wtedy maiąc wſzelką łatwość, gorączka, ochłonąwſzy obala człowieka. — Owoce latem ſą bardzo wygodne, pragnienie gaſzą, oſtrość łagodzą, wolny ſtolec utrzymuią, zgęſtniałe z gorąca ſoki, i żułć rozwalniaią, ſtaią ſię prezerwatywą latem w Mieſiącu Lipcu i Sierpniu, przeciw panuiącey cholerze, można wtedy porzuciwſzy męſiwa wſzelkie, owocami,

częścią surowemi, częścią gotowanemi utrzymywać się, bo są pokarmem iednym z nayzdrowszych, niektore z nich można na słońcu posuszyć, inne w piecu, lub suszarni, byle z wolna, opatrzyć się w nię znacznie, iest rzeczą dobrą tak zdrowym, iako też i chorym, bo nawet sos z nich wygotowany, iest wielkich skutkow w gorących niemocach. — Naczynie nawet kuchenne przykłada się wiela do chorob ciała, ieżeli miedź nie będzie dostatecznie wybielona, lub też pobiała z niey wytarta, potrzeba się strzedz w nich nadewszystko kwaśnych rzeczy, octu, owocow, i tym podobnych gotować, ale owszem natychmiast dać ią do pobiełania, mniey bowiem kosztować będzie pobielenie oney, niżeli Apteka i Doktor.

Szkodliwe i niebespieczne bardzo są dla ludzi grzyby, lubo niektore iadać można, iednakże ich iest więccy iadowitych. — Co się trunkow tycze, wino iest dla ugaszenia pragnienia dobre, ale woda ieszcze lepsza, bo ma te wszystkie własności w sobie, ktore takowy napoy mieć powinien, woła chłodzi, odwilża, miesza się z wszelkiemi potrawami, nieprzeszkadza strawności, i łatwo od-

cho-

chodzi uryną, wino grzeie, ktorego rozgrzanie rozprafza rozfądek, pobudza do gniewu, dotkliwemi, i obraźliwemi nas czyni. — Zbytnim piciem oblewa fię żołądek, flakowacieie i ofłabia fię, całe ciało tęgość utraca, kifzki i żołądek roziątrzaią fię, ztąd burzenie fię humorow, z tych: gorącość, i żwawość pochodzi, ale też każde przeciw przyrodzone roziątrzenie, ofłabia żyły, i ofnowę całego ciała, ztąd: fłabowitość, niechęć do wfzyftkiego, trzęfienie fię, niefpofobność do niczego, po wyfzumieniu fię morzenie z ofchłością zmiefzane, znowu do nowego picia pobudza, a tak: gdy nayprzod żołądek i foki iego, a nakoniec cała krew popfuie fię, i z wodą w trunkach znayduiącą fię pomiefza, wfzyftkie foki w całym ciele zwodnieią, ofnowa ciała wietką fię ftaie, z wiotkości i wodniftey krwi, naftępuie puchlina zafkurna, a to nayprzod od dołu. — Ale niedofyć na tym, bo kto niedoftanie puchliny, to go iedna z tych chorob nie minie, albo obfypanie twarzy, nabrzmiałość ciała, i onego kolor iak nalany, albo ftracenie apetytu, albo łamanie w kościach, fcyatyka, kamień w nerkach i pęcherzu, trzęfienia fię rąk, ofowiałość twarzy, cie-

cze-

czenie z oczow, i czerwoność onychże, duszność, dychawica, i zamulenie wnętrzności, a coż mowić o chorobach kiszek, swarach w domu, łekomyślnościach, ażardach, napaściach, zuchwalstwach, i tym podobnych. — Wodka iest bardzo ognisty, ściągaiący, osłabiaiący, i wysuszaiący trunek, ktory nierownie więcey zabiia iak wino, nayley wodki na ranę, doświadczysz iak pali, iak zciąga do kupy, a dosyć do poznania iey skutkow. — Lekarstwem bywa wodka w niektorych żołądka dolegliwościach, ale nie we wszystkich, oczym się radzić potrzeba Doktora, na odęcie i wiatry niesłuży, chyba bardzo rzadko, a to, gdy pochodzić będzie, z osłabienia suchych żył, lub innych słabości, zdaie się czasem że pomaga, ale te iey dobre skutki nie trwaią długo, ztąd poznać można że niesłuży, bo lekarstwo ktore w słabości pomaga, trwało powagać powinno. — Co się tycze Piwa, to iest mniey szkodliwe nad inne, ale i to od własności Piwa zawisło, białe Piwo iest nayzdrowsze, ciemne iest mocnieysze, ale to nie wszędzie iednakowo, bo go rożnie robią. — Zbyt tłuste i gorzkie Piwa, i te ktore po piciu, ościłość i pragnienie

spra-

ſprawuią, ſą ſzkodliwe, nayſzkodliwſze iednak ieſt ſzumiące, ktore niewyrobiło, bo ſuchym żyłom, i oſnowie ciała ſzkodzi, ktore w głuchotę, bole, odęcie, i kolkę wprawia. Dobrego Piwa własnosci te ſą, łagodność, tłuſtość, ſmakowitość, nierozjątrzaiące, i pragnienie gaſzące, z przeſadzonego czyli przeſuſzanego ſłodu, pali, i oſchłość ſprawia, zbytnie piiane Piwo, bol głowy nayczęściey z tyłu i ociężałość ſprawuie, a częſtokroć, gorzey ſzkodzi iak wino lub miod.

o *Agitacyi i Spoczynku.*

Poruſzenie ſię wzmacnia ciało, zdrowia przyczynia, ale zbyt długie i gwałtowne zaſzkodzić może, choć nie teraz to potym. — Poſpolicie ſzkodzi młodym, krwiſtym, i ſłabym, u ktorych nie będąc ieſzcze doſyć mocne więzy, do utrzymania krwi. ztąd krwią pluciu, lub płynieniu, paraliżowi, i duſzności podlegąćby mogli, ſama krew przez rozgrzanie ſię, i gwałtowne iey krążenie, przez wyparowanie z niey potem wilgoci, gęſtnienie, oſtrą i do zapalenia ſpoſobną ſię ſtaie, i ztąd to ludzie młodzi

i pra-

i pracowici, chorobom z zapalenia krwi pochodzącym, nayczęściey podlegaią; praca atoli chociażby też naymozolnieyſza była, nie ma ſię brać za gwałtowne poruſzenie, lecz długie bieganie, zbyteczne zacieczenie ſię, mocne dźwiganie, i wyznaczona robota, ſą to krew zapalaiącemi, agitacya takowa ieſt niebeſpieczna i ſzkodliwa, bo bieg krwi gwałtownie ku głowie, i śledzionie napędza, dla tego od zbytnego tańca i ſkakania, niektorych Paraliż, drugich puſzczenie ſię krwi noſem lub gębą, innych nabrzmienie żył lub kaſzel, a ztąd ſuchoty ponapadały, ma i taniec ſwoie pochwały, ale tylko mierny, bo pomaga do krążenia krwi w ciele ludzkim, umyſł wypogadza, ſiły dodaie, taniec ożywia tetryka, rozweſela ztroſkanego, a całemu ciału udziela kſztałtu i kibici. — Lubią młodzi popiſywać ſię z ſwą ſiłą. zkąd wielu ſię zrywa i umierać muſi, inni Ruptur, krwią plucia, przepuklin, porwania żył, i wywinienia rożnych członkow doznaią. — Jako tedy poruſzenie ciała, zdrowie naſze utrzymuie, tak przeciwnym ſpoſobem, ieſt mu ſzkodliwy uſtawiczny ſpoczynek, zawdy ſpoczywaiąc nie zna człowiek ſłodyczy ſpo-

ſpoczynku, ktory po pracy miłym ieſt, pracuiąc rozgrzewa ſię ciało i krew, u leżuchow zaś, i bezczynnością bawiących ſię, krew bywa blada, niewygotowana, i wodniſta, bo ſpoczynek rozwalnia krew, a przez niedoſtatek ciepła, niemogąc być z niey zbyteczne cząſtki wodne wypędzonemi, wilgotnym niemocom i z nich pochodzącym chorobom podpadać muſzą. Krotko mowiąc: ſkutki bezczynnego życia ſą te: Myſzek i ſerca zdrętwienie, krwi w ſwym krążeniu nieſtałość, ciała coraz większe oſłabienie, ciepła przyrodzonego oſtygnienie, wilgoci w ciele pozoſtałych popſucie ſię, ktore to wilgoci częścią będąc rozwolnionemi, a po części zgęſtnionemi ciało nieczyſtemi ſokami obciążaią, z czego cała oſnowa wiele cierpieć muſi, żołądek i wnętrzności, od uſtawicznego ſiedzenia pozaginanemi będąc, nie mogą ſwych powinności odbywać, ſtrawność w wielki nieporządek wpada, zkąd rozmaite niemocy wynikaią, zkąd odęcia uſtawiczne i kurczenie ſię żołądka, ztąd boł ſerca ktoremu naywięcey płeć biała podlega, tamowanie krążenia krwi, przy odęciu, oſtrość w wnętrznościach, zamulenie w niżſzey części ciała, i bole ro-

żne wznieca, ztąd zaduſzenia maciczne, i hipokondryczne niemocy, ztąd odchod ſtolca (ktory ieſt naywiękſzą podporą zdrowia ludzkiego) przeſzkodę wielką cierpi, ztąd ſoki ſię pſuią, ſen bywa nieſpokoyny, marzenia ſię nudne, i zaduſzenia krwi, człowiek cały ſobie tęſkni, boiaźń iakowaś obeymuie ſerce iego, ztąd dzikie zamyſły, rozpaczy pełne przedſięwzięcia, a częſtokroć deſperackie kroki wynikaią.

o *Namiętnościach.*

Między namiętnościami, w ktore nam ſię nayczęściey wpadać przygadza, należy pomieścić, gniew, umartwienie, ſmutek, przeſtraſzenie ſię i zawiść. Człowiek rozgniewany, podobnieyſzy bywa do zwierza, niżeli do człowieka, ktoremu ſię twarz zapala, lub blednieie, oczy iſkrzą, głos gwałtowny dzwięk wydaie, ſerce biie, pierſi ściſkaią, mowa iąkotliwa i pryſkaiąca ſię ſtaie, z żył ſię krew dobywa, żułć ſię po wnętrznościach rozlewa, duchy żywiące w zamieſzanie wpadaią, poiętność i pamięć zaćmionemi bywaią, cały człowiek tchnie ſamą zemſtą. — Ale coż potym, kiedy

za

za gniewem, goni Paraliż, tretwienie członkow, wachanie się zmysłow i onychże zamieszanie, apoplexya, niemota, odięcie członkow, będzieli nie tak gwałtowny gniew, ktoryby niezdołał pomienionych skutkow sprowadzić, to przynaymniey umysł i osnowę suchych żył w nieporządek wprowadzi, a za temi nastąpi, płynienie krwi, zaiąkanie się, cholera, rozlanie żołci, womity, bole w kiszkach, kolki, mdłości, suche bole, zawalenie piersi, i inne.— Przeczyć niemożna, by przyczyna iakoweysi niecierpliwości i gniewliwego humoru, nie miała pochodzić z dolney części żywota, iest to rzeczą nieodmienną, że ci ktorzy hipokondryi poplegaią, mruczącemi, zbyt gniewliwemi, i niegodnemi bywaią, czego nie iest przyczyną żułć, lecz gwałtowne rozdraźnienie, i roziątrzenie suchych żył, ktoremu takowi ludzie podlegaią, raczey to iest w nich niechęcią spokoyności, niżeli niecierpliwością. — Za zdrowia mamy się starać przezwyciężać swe skłonności do gniewu, a to, by zachorowawszy kiedy, tym łatwiey się go ustrzedz można, ktory bywa przyczyną chorym, że po zażyciu naylepszych lekarstw, niepoprawia im się, i gdy się

pra-

prawie wſzyſtko na dobre zanoſić poczyna, nagle w naywiękſzym życia niebezpieczeńſtwie oglądaią ſię, lub nad wſzelkie mniemanie prędzey umieraią.— (namiętności bowiem mocno wpływaią w choroby ciała) przeto czym ſpokoynieyſzy, i cierpliwſzy bywa chory, tym lepſzey nadziei o poprawie zdrowia iego być zawdy można: — Cztery przyczyny powinny pobudzać każdego do poſkromienia w ſobie ſkłonności, do gniewu, do łaiania, i do kłucenia ſię, *iwſza*. Bo gniew pozbawia duſzy pokoiu i uciſzenia ſię iey, a oraz całemu ciału, żyłom ſuchym, i wnętrznościom ſzkodzi, gniew oczywiście wychudza ludzi, żułtey twarzy, i zmartwioney płci nabawia, częſtokroć do Recydywy i ſcyatyki, w chorobach przywodzi.

Gniew obok chodzi z umartwieniem, nie iedną prawdzie, ale podobną drogą, gniew bowiem zapala, wymowy dodaie, i wynuża ſię, umartwienie zaś pognębia, i przytępia, w ſercu oſiada i trapi, gniew opłonie, i przemiia, umartwienie zaś tkwi zawdy, i obarcza w zaſmuceniu, niecierpliwości dodaie, pſuiąc żołądek, żułć, i ſuche żyły, ſłabowici, i dotkliwia, czego więcey nad innych

nych ten doznaie, komu większe umartwienie przytrafić się mogło, z niego pochodzą umysłu niemocy, Melancholia, Sledziony niemoc, bladość, obstrukcya wątroby, kamienie w żułci, i wyniszczenie całego ciała. Lekarstwa naylepsze na umartwienie, Rostropność i Religia, niemnieyszey skuteczności na to bywa, szczery przychylny i rozumny przyiaciel, przed ktorym się można użalić i swoie mu dolegliwości wynużyć.— Gdy się komu wielkie iakowe utrapienie przytrafi, od ktoregoby myśli swey odwieść niezdołał, wcześnie onemu zapobiegać powinien, bo z zbytniego frasunku, tylko krok ieden bywa do szaleństwa. Nie masz zaś nic nierozumnieyszego, iako trunkiem chcieć podźwignąć pognębione siły, pomaga trunek na godzinę, ale zaszkodzi na miesiąc, przeciwnie zaś, trzeźwość w tym razie, mierność, i szczupłe wiktowanie się, zwłaszcza Ogrodninami, owocami, i kleykami, służyć będzie. Legumin zaś, strączkowych jarzyn, i mięsiw, wystrzegać się takiemu należy, czasami winnego kamienia w wodzie zażyć niezawadzi, ktory wielkim, w tym gatunku niemocy, ratunkiem bywa. Jeżeli będzie gorzkość,

obrzydzenia w uściech, słabowitość sił, sen niespokoyny, w żołądku gniecenie, trzeba przyzwać Doktora, by chorego ciężkość choroby nieprzytłumiła. —

Smutek wzbudza prawdziwy żal, serca ucisk, i łzy wyciska, czym sobie trochy ulgi czyni, ale żyłom szkodliwym bywa, krążeniu krwi przeszkadza, i kurcze sprawuie nayczęściey w piersiach, Smutek gdy się przytrafi hipokondrykom, i ktorzy zdawna niemoc żołądka cierpieli, łatwo się im na ciężką chorobę zanieść może. — Oprocz tego smutku, iest ieszcze drugi innego gatunku, ktory czym daley, tym bardziey szkodliwym się stawa, a skutki podobne umartwieniu sprawuie, osłabia żyły suche, i więzy ciała, osłabia strawność, i odbiera apetyt, odbiera sen, i boiaźni nabawia, takowi spadaią z ciała, bladey lub żułtey cery nabieraią, cale obarc onemi smutkiem wyglądaią, ten rodzay smutku, można zgryzotą nazwać, bo trwa długo, i prawie ziada człowieka.

Przestrach nierownie gorszych własności bywa iak gniew, bo całą osnowę ciała wstrząsa, mamy wiele przykładow, że niektorzy przeląkłszy się, na mieyscu umierali. — Naypospolitsze skutki

tki przestrachu bywaią, mdłość, spazm, czyli odeyście od siebie, bicie serca, ściśnienie piersi, suche bole, rożne krwi płynienia, drż..ia całego ciała i stracenie czucia, ludziom męskiego i wielkiego serca, nie wiele przestrach zaszkodzić może, ale słabowitym, dzieciom małym, a nadewszystko Panienkom młodym, tym szkodliwszym staie się, im ktore do boiaźni skłonnieyszemi bywaią, bo takowe, i własnego cienia przestraszaią się. — Cztery gatunki iest przestrachu czyli boiaźni. Pierwszy, wrodzona boiaźń, drugi nastraszona, gdy od kogo, lub od czego będzie kto miał napędzoną. Trzecia, boiaźń z przypadkow, Czwarta, nabożna. — Boiaźń wrodzona ma swoy początek od słabey i wiotkiey muzgu osnowy, a czasem od zbyt żywego, ale przyćmionego wyobrażenia. — Boiaźń napędzona, iest: ktorą mamki, niańki, a częstokroć i Rodzice, o straszydłach, widowiskach, ziawieniach, nocnych przeszkodach, i tym podobnych innych fraszkach, dzieciom głowy nabiiaią, zkąd przy przewidzeniu się potym, chociaż naymnieyszego tylko podobieństwa, dzieci lękaią się, a przestraszone, rożne rzeczy baią, samotne ani w izbie

zosta-

zostawać, ani też kroku za drzwi uczynić nieodważą się. — Do czego należą lekkomyslne, a bardzo szkodliwe z żartow pochodzące strachy, ktore nie iednego zgubiły. — Boiaźń z przypadkow zowie się, gdy za naymnieyszą omyłkę, albo swawolę, dzieci plugawo łaiane, lub bite bywaią, co ich czyni zatwardziałemi, głupiemi, smutnemi, lękliwemi, a za naymnieyszym ofuknieniem drżącemi. — Boiaźń nabożna, iest to owa sumnienia tęsknosć, i opaczne sobie wyobrażenie miłosierdzia Boskiego, takowym ludziom rostropny Spowiednik czyli Rządca sumnienia iest naypotrzebnieyszy. — Boiaźń ogułem wzięta, ma ieszcze iedno niedobre z siebie następstwo, iż pod czas chorob, chociaż niezaraźliwych, ludzie boiaźliwi nayprzod zarażonemi bywaią, czego obfite przykłady daią się widzieć, że boiaźń, napawa ciała boiaźliwych, iakowąś osobliwszą skłonnoscią, do ciągnienia w siebie zarazy, ztąd i więcey cierpieć, i niebespieczeństwu życia takowi nayczęściey podlegać muszą. — Przeto w panuiących chorobach, przy oddaniu siebie na wolą Boską, trzeźwość, i beztrwożliwość każdemu zachowywać należy, ktora na-

wet w Morowym powietrzu, wielką prezerwatywą bywa. —

Zawiść iest iedną z nayplugawszych niecnotą, ktora zawdy zgryzotą zawistnego karze, a co gorsza, że ta namiętność po większey części niektorym wrodzoną bywa, dla tego takowi, ani rady, ani sposobow, do poprawienia się przyimować niechcą. — Skutki zawiści są podobne do skutkow pochodzących z umartwienia, tylko że trochy wolnieysze, osłabiaią strawność, psuią żułć, odbieraią apetyt, niszczą żyły suche, żułć, do krwi sprowadzaią, i całego trawią człowieka, dla tego zawistni ludzie, bywaią żułtawi, bladzi, chudzi, mało iadaiący, oczu smutnych, niespokoynego i ponurego wzroku.— Z tegoż gniazda zawiści, pochodzi zazdrość, ktora siebie, i drugich męczy, gdzie się wkorzeni, wydaie zgryzotę, umartwienie, podeyrzenie, opaczne tłomaczenie i niepokoy, ktorey skutki są też same co i umartwienia, Gorączka ktorą zawiść rodzi, iest z rodzaiu trawiących ciało, ba całą osnowę istności iego, oddalenie się od tego mieysca, ktore zawistnego drażni i rozią trza, byłoby naylepszym dla niego lekarstwem. —

Porzą-

Porządek życia w słabości lub chorobie.

Wcześnie zapobiegaiąc chorobie, można ią znacznie pomnieyszyć, a małą wcale znieść i wykorzenić.— Daie się w początkach chorob, zawdy uczuć iakowas niedyspozycya w ciele, słabość i ociężałość iego, niechęć do iadła, i zimno przechodzące, a na całym ciele iak zbity człowiek wygląda. Można się zaraz zastanowić nad szukaniem przyczyn takowego zamieszania, czy to ze zbytku iadła lub picia, oziębienia się, alboli też iakowey namiętności pochodzi, natychmiast, niedaiąc się iey rozpościerać, zapobiegać ratuiąc się. Na wiatr niewychodzić, mało iadać, strzedz się wszelkiego niemiłego poruszenia umysłu, ani się też mordować.— Wiatr bowiem przeszkadza parowaniu ciała, albo też niezdrowe, wilgotne, lub zimne być może powietrze, ktore tymby bardziey chorobę rozżarzyć mogło. Prawie w każdey chorobie, musi z ciałem i żołądek cierpieć, bo mu strawność odiętą bywa, wiela iadaiąc obciąża go się, mięsiwa podniecaią i utrzymuią gorączkę, a twarde strawy gniotą go.— Umysłu poruszenie za zdrowia gwałtowne ieżeli szkodzi, coż tym

F 2

bardziey w ſłabym i nie mocą roziątrzonym ciele, dokazować nie będzie, gniew roziątrza żółć, zapala krew, i osłabia osnowę żył, umartwienie podobnież własności ma, czemu zapobieżeć tak można: Uczuwszy iuż w ciele iakową niedyspozycyą, udać się na osobne mieysce, uchylić się od dzieci, od służących, od interessow, od Gospodarstwa, niekazać sobie na ten czas nic takowego donosić coby umysł poburzyć mogło, ale raczey w wesołey spokoyności, ciała, i umysłu znaydować się należy. — Postrzegłszy niechęć do iadła, wstrzymać się natychmiast od wszelkiego pokarmu, a co godzina po dwie lub trzy filiżanki, ięczmiennego kliyku z trochą cytrynowego soku lub octu zażywać, ieżeli z przeziębienia, położyć się w łożku, co trzy godziny pić arbatę z kwiatu bzowego, by parowanie z ciała pobudzić, i chociaż się iuż daie polepszenie uczuć, nie trzeba iednak zaraz z łożka wychodzić, lecz kilka godzin parowaniu wolny dać przechod. — Jeżeli się zimno po ciele przechodzi, i przeciąganie z poziewaniem naprzykrza, nie pić nic zimnego, tylko z bzowego kwiatu arbatę, łożko zasłonić, lub firanki pospuszczać, a to, by chcé-

ry

ry zaſnąwſzy, gdy ſię pocić zacznie, od zimnego powietrza obwianym nie był, coby wſtrzymać parowanie mogło. — Gdy ſię daie czuć gorąco lub pragnienie, kazać ſerwatki ſobie dać, lub pić wodę z ięczmieniem gotowaną, trochy winnego kamienia w nię wrzuciwſzy, i miodem przyſłodziwſzy. — Jeżeli ſię daie zatwardzenie uczuć, lub ciężkość ſtolca, kazać ſobie iednę i drugą dać Enemę, aby wypłukawſzy z nieczyſtosci wnątrze, nie miała ſię czym utrzymywać gorączka. — Uięcie ſobie tedy pokarmow, ſtrzeżenie ſię zimnego powietrza, umyſłu ſpokoyność, przyſpieſzenie parowania ciała, żołądka wypłukanie arbatą, z bzowego kwiatu, a wnątrza Enemami, ſą to naygłownieyſze srodki, zapobiegaiące chorobom. —

Już zaś w ſamey chorobie, na troie ſwą uſilność obrocić *należy*, na regularne życie, na używanie lekarſtw, i na uſługowanie choremu. — Do regularności życia, ściąga ſię iedzenie i picie, powietrze i ciepło, a nakoniec wyprożnienie ciała, zaczym podczas gorączki, lub wzmagania ſię niemocy, nie należy dawać choremu ieść, ale zaczekać aż gorączka ominie, lub niemoc

prze-

przesili się. — Jadłem zaś chorego będzie cienki rosołek, jarzynka, owoc gotowany, przy rosole służyć będzie. jęczmienny, owsiany, lub ryżowy kliiek.— Potrzeba umieć rożnicę czynić między zapalaiącemi chorobami, i gwałtowną gorączką, ktore oboie, lubo iednego pokarmu wyciąga, atoli rożne w kuracyi od siebie bywaią, między febrami, i ciągłemi chorobami, przy ktorych się apetyt wiąże, rożnicę czynić, można w nich dawać rosoły, i mięsne polewki. Jarzyny, i Jaia, rożnie sporządzane, atoli z okoliczności choroby, miarkować należy coby szkodliwe choremu być mogło, w powątpiewaniu zaś nadtym, lepiey się obeyść jęczmiennym, lub owsianym kliykiem, bo czym chory mniey iadać we wszelkiey chorobie będzie, tym prędzey poprawy zdrowia spodziewać się może, owoc w każdey chorobie iadać iest pomocno, zwłaszcza wiśnie, czereśnie, śliwy, a nawet gruszki, i jabłka, byle dościgłe, owoc świeży iest smacznieyszy, gotowany zaś lżeyszy żołądkowi, z owocow pomienionych sok, czy to wytłoczony, czyli też wygotowany, dodawszy cukru, lub miodu, będzie miłym, i zdrowym, napoiem dla chorego.

W go-

W gorączkach należy wiela piiać, chociażby też i pragnienia nie było, tylko nie razem, i nienagle oblewać żołądek, ale często i potrosze, cztery, lub pięć kwart napoiu na ieden dzień, nie ieſt to nadto, częstokroć ſamym piciem naywiękſze gorączki znoſzonemi bywały, bo napoy rozwilża, ciekłość krwi wraca, przykłada ſię do parowania, powiękſza żołądkowe rozłączania, uryny, i ſtolca, i onęż płucze. — Gorączka czym większa; ſkura na chorym czym ſuchſza okazywać ſię będzie, tym chory potrzebnieyſzym obfitego napoiu znayduie ſię. Podług okoliczności choroby potrzeba także: dopiero ciepły, dopiero zimny, iuż kwaſkowaty, iuż kliykowaty, albo też przecedzany, napoy choremu obmyślać, z tych naypoſpolitſzym bywa Serwatka, woda z jęczmienia gotowana, ſos z wygotowanych owocow, i z grzanką chleba woda przewarzana. — Co do powietrza, rzeczby była dobra, gdyby w drugiey izbie mogł każdy chory leżeć, a powietrze w tey izbie często przeczyſzczane bywało, to ieſt otwieraniem okien, lub wentylatorem, ſtrzegąc wiatrem owiania chorego, po ktorego wyproźnieniu ſię, natychmiaſt ſtolec lub ury-

uryna wynieſionym być ma, a potym trochy zakadzić, co naybardziey w Oſpach przeſtrzegać należy, iako też w zgniłych gorączkach, Łożnych chorobach, Dyſenteryach, i Cholerach, zaniedbywać ſię niepowinno. — Co ſię zaś tycze ciepła: Gorącość w izbie powiękſza ogień w ciele, i gorączkę rozzarza, nudności ſprawuie, i wyciſka pot z ciała bezpotrzebnie, z znacznym oſłabieniem chorego. — Podobnież nie ieſt dobrze, gdy przyiaciele i Sąſiedzi, około łużka chorego obſiędą, i gadaniem ſwym naprzykrzą mu ſię, bo i wyparami z ich ciał pochodzącemi w więkſzą go ſłabość wprawuią, i częſtym pytaniem ſię o zdrowie iego, przymuſzaią go, do ſilenia ſię na odpowiedzi, czym go niemniey zniewalaią i oſłabiaią. — Chorego pościel nie ma być z ſamego pierza złożona, dosyć dla niego, by twardo nie leżał, ieżeli będzie miał w nocy gorączkę, uymować mu nakrycia, w iedno lub we dwoie złożone prześcieradło, częſto bywa doſtatecznym nakryciem chorego. — Pomocno ieſt Choremu, choć z razu po puł godziny, wyſzedłſzy z łożka, zabawiać ſię na izbie, by tym czaſem pościel przewietrzoną

być

być mogła, ieżeli osłabieie na siłach, lub go gorączka przechodzic zacznie, niechay s, nazad położy. — Stolec niż wyniesiony będzie, ma być wprzod obeyrzany iak wygląda: czy gęsty, czy żułtawy, zielony, lub czarny. Jeżeli Chory zbyt słaby będzie, trzeba mu miednicę do wyproźnienia się pod dziurawy materac opatrzyć. — Dozierać potrzeba, by chory regularnie lekarstwa podług przepisu Doktora zażywał, nie dawać mu na ieden raz (iak niektorzy robią) tyle zażywać, ile przez kilka razy zażywane być miało, bo to nieprzyspieszy zdzowia, i owszem chorego zgubić może, iak się iuż nie raz trafiało. — Opatrywanie chorego, czyli usługowanie mu, tak iest potrzebne i pożyteczne, iako samo lekarstwo, należy do tego wybierać ludzi zdatnych, cierpliwych, czuynych, bacznych, a rozkazy Doktorskie iako nayścisley wykonywaiących, ktorym na noc, by ich sen niemorzył, dawać arbaty, lub kawy.

Powinnością iest usługuiącego choremu, by uważał iak się chory miewa, co czyni, czyli iego Choroba wzmaga się, czyli nie, i o ktorym czasie, z chorym gadaiąc, niechay mowi

łago-

łagodnie, niesprzeciwia mu się, niechay mu czasem ustąpi, złość i naprzykrzenie się iego zniesie, ale też niepowinien być nadto żałosnym, i litościwym, ma mieć także napoy po napoiu, świeżo gotowany, dla chorego, niż tamten wyidzie, by drugi był ugotowany, a do przygrzewania go (ieżeli tego potrzeba będzie) niechay ma zawdy węgle na podoręczu. — Powinien przestrzegać, by prześcieradła, i koszule, ktore dla plugastwa odmieniać często potrzeba, zawdy czyste i na pogotowiu bywały, lekarstwo iedno gdy iuż na schyłku będzie, aby świeże przygotowane było, zawczasu Doktora ostrzegać ma, przestrzegaiąc, by w izbie, ani zbyt ciepło, ani też chłodno nadto niebywało, co także w przyodziewaniu, i uymowaniu nakrycia z chorego, zachowywać się powinno. — W chorobach piersi, nie ma się nic choremu zimno pić dawać, ieżeli często na stolec chodzić musi, niechay to w izbie ciepłey będzie. — Rozumieią omylnie niektorzy, że Chory ruszać się z łożka niepowinien, ia zaś z doświadczenia mowię, i owszem niechay się przechodzi, lub gdy nie może chodzić, trochy posiedzi, bo czym gwałto-

townieyſza gorączka będzie, tym ſzkodliwſzym dla Chorego łożko ſię ſtanie, zwłaſzcza pościel z pierza maiącemu.— Materace gorączkę cierpiącym wygodnieyſzemi, i przyzwoitſzemi bywaią.— Jeżeliby ſię chory tak mocno pocił, żeby aż koſzulę ſobie zmoczył, a te pokiby ieſzcze nieuſtawały, uchoway Boże ruſzać go z mieyſca, lub odmieniać mu koſzulę, niechay tak w tym pocie leży, w izbie niechay pod ten czas nadto gorąco nie będzie, boby ieſzcze gwałtowniey z chorego poty pędziło, czymby go bardziey oſłabiło, ale też i nadto chłodno być w izbie niepowinno, by za oziębieniem ciała, pot ſię nie zaſtanowił, coby z gruntu chorego zgubić mogło, atoli poſtrzegłſzy że iuż poty uſtały, zagrzać koſzulę, i przewdziać ią, bez czynienia wiatru na niego, na kadzenie zaś koſzul, iak niektorzy czynić zwykli, na nic ſię niezda, i nic niepomaga. — Jeżeli potrzeba iakowego okładania, Kataplazmu, albo też wody na moczenie nog grzania, i Enem gotowania, niechayże uſługuiący chorym, tego przeſtrzega, by to wſzyſtko niebywało nadto gorące, ale tylko ciepłe, czego doświadczy naylepiey, przyłożeniem

niem do twarzy, gdy wytrzyma, ieſt dobre, lecz trochy ieſzcze oſtudziwſzy, iuż by za zimne było, ſą niektore okładania, ktore, wielkiey baczności wyciągaią, to ieſt: niż zupełnie oſtygną, oddymować ie potrzeba, a inne świeżſze, lub też ſame rozegrzane, natychmiaſt, przykładać. — W niewielkich chorobach, doſyć raz na dzień łożko prześcielać, w ciężkich zaś, po dwa i trzy razy potrzeba, a to, by ſię pościel przewietrzała z ſmrodliwego zaduchu, można iednego okna kwaterę do połowy otworzyć, a to iak pora czaſu dozwalać będzie, o tenże ſam czas należy, zakadzić, bo dym ciągnie z izby z ſobą, zagrzane, i z zaduchami pomieſzane powietrze, ieżeli ieſt ciepła pora, mogą okna po dwie, lub trzy godziny, otworem ſtawać, ieżeli zaś chłodna, doſyć będzie po puł-godziny, ieżeli na ten czas będzie wiatr na dworze, lub też będą drzwi do izby naprzeciwko okna, to trzeba zaſłonić okno firankami, lub powieſzeniem prześcieradła, w lekkich chorobach, nie ieſt potrzebne otwieranie okien, tylko w tych: w ktorych mocne parowanie, zaduch, lub niemiły ſwąd, uczuć ſię daie. — W gorączkach wyrzucaiących plamy, pry-

ſzcze

ſzcze, kroſtki, lub tym co podobnego po ciele, potrzeba bardzo oſtrożnie, z otwieraniem ſię okien obchodzić, tylko trochy i na krotki czas uchylać, i to w izbach zbyt niſkich, gdzie bywa wielki zaduch. — Ale w Oſpie, należy by powietrze w izbie zawdy chłodne było, okno niechay całą godzinę otworem ſtoi, chociażby i w zimną porę nawet, bo w tey chorobie, zaduch czyli ciepło, ieſt iadem choruiącemu, a tym bardziey! gdzie dwoie lub troie dzieci na Oſpę w iedney izbie leży. — W zaraźliwych chorobach iako to w Łożnych, i zgniłych gorączkach, potrzeba nadewſzyſtko pamiętać, o czyſzczeniu i naprawieniu powietrza, aby chory, czyſtym oddychał powietrzem, niemniey: by tak odwiedzaiący chorego, iako też Czeladź domowa uſługuiąca, albo i ſam dozorca chorego, niezaraził ſię. — Czemu zapobieżyſz przenioſłſzy chorego do drugiey izby, gdy to być może, a gdy nie, to okien otwieraniem, i częſtym kadzeniem przeczyſzczać powietrze należy, do tego, ſtolec wynoſić, bieliznę odmieniać, i częſto prześcielać potrzeba. — Jeżeliby ſię trafiło że chory zemdleie; na otrzeźwienie go niemaſz nic lepſzego, iako Octem

poma-

pomaczać ſkronie, wargę gorną, i iagody twarzy: albo mu go też dać powąchać. — W młodościach zaś z ſłabości ſuchych żył, czyli nerwow, pochodzących, pomaga ſpalenie piora, lub kawałka ſkury pod noſem; Gdy ſię choremu polepſzać zaczyna, że iuż iadać może, wſtrzymywać go należy, i oſtrożnie mu pokarmu udzielać, by w Recydywę obiadłſzy ſię, lub nieſtrawnego co ziadłſzy, niewpadł. — Dwa ſą terminy u chorego przychodzącego iuż do ſiebie, ieden zaraz po przeſileniu ſię choroby, gdy ſię apetyt wracać zaczyna, chory ſypiać może, ale ieſzcze ſłabym i bezſilnym być ſię poznaie, drugi termin, gdy iuż chory do ſił przyidzie, chodzić może, ale ieſzcze ſłabowitym zoſtaie, w tym to pierwſzym terminie choroby, nayczęſtſze ſię błędy z ſtrony iadła popełniać zwykły, albo ze ſtrony chorego, albo ze ſtrony dozorcy, lub też innych do tego wpływaiących Oſob, gdy tym choremu chcą pomoc, by prędzey do ſił przyiść mogł, a tu żołądek ieſzcze mdły, roziątrzony, w ktorym ſtrawność ſłaba, ma podobieńſtwo świeżo zagoioney rany, ktorą choć lekkie dotknięcie obraża. —

Jadać wiela nie daie nikomu ſił, ale trawić dobrze, to ſiły nadaie, ieżeli chory ma apetyt, nie trzeba go zupełnie naſycać, ale żeby ieſzcze łaknął niechay niedoiada, gdy ſię mu ma ieść dawać, lekkie i ſtrawne potrawy, wybierać należy, nie te, ktore roziątrzaią żołądek, lub pragnienie ſprawuią, ale iarzynki, i z cielęciny, lub z kurcząt co zgotowanego, dawać mu należy, naylepſzy iednak, i poſilnieyſzy dla chorego, będzie dobry roſoł, to ieſt: wygotować dobrze ſztukę mięſa z Cybulą w puł przekroioną i z Selerami, a nadrobić do niego wypieczonego chleba, ktory niechay wprzod rozmoknie, a tak zgęſły od chleba roſoł, doda ſił ciału, i łatwym będzie do ſtrawienia, w czym naſtępuiących przepiſow trzymać ſię należy. — *1wſze.* Chociażby chory i lepiey ſię mieć poczynał, nie należy mu iednak mięſa dawać, dopoki mu ſię ieść mocno nie będzie chciało, *2gie.* Coraz mu poddawać ſytnieyſzych potraw, a to nie razem, lecz potroſze a częſto. *3cie.* Za napoy choremu, można dać napuł z wodą zmieſzanego wina ktore ma być wyſtałe a lekkie. *4te.* Ma ſię ſtrzedz Chory namiętności wſzela-

kich,

kich, wizyt niczyich nieprzyimować, i nie silić się w niwczym. *5te.* Jeżeli ma tyla sił, niechay się w izbie przechodzi, a zmordowany, niech nazad idzie na łożko. *6te.* Ma się wystrzegać wiatru, powietrza ciągnącego, i zimna, dopoki do lepszych sił nieprzyidzie. *7me.* Po chorobie, należy otwory w ciele i parowania utrzymywać. *8me* Jeżeli powstawszy, poczuie w sobie iakową słabość, gorąco przenikaiące, Mory, i ograżki, lub tępość i oschłość, odtąd niechay nic krom rosołu nieiada, natychmiast położy się w łozko, Arbaty z bzowego kwiatu napiie się, i niechay pości, niezaraz się w cięźkie prace tak ciała, jako też i umysłu, zaprzęga, i wypocznię sobie. *9te.* Pierwsza, druga, i trzecia przechadzka, niechay będzie za pogody, po obiedzie, a to na takowe mieysce, gdzie słońce przez cały dzień świeci, powrot do domu, ma być także przed zachodem onegoż, a to: by wieczorne chłody, i wilgotne powietrze, niezaszkodziły mu. —

Przez to imie Natura, lub Przyrodzenie, rozumieią Lekarze, wlaną w ciało od Stworcy moc, czyli siłę ruchu i odporu, mocą ktorych od wszelkich

iątrzą-

iątrzących, i szkodliwych materyi, uwolnić się stara, bądź to napinaniem, przytłumianiem, roziątrzaniem, wyrzucaniem, pozbywaniem się, bądź parowaniem, właśnie iak na skrzypcach przyciśniona palcem strona, natychmiast się podnosić po odięciu onegoż poczyna, tak też natury siła, będąc niby stroną przytłumioną, lub przyciśnioną, stara się uwolnić, i do pierwszego swego powrocić tonu, tey to siły mocą womituiemy kaszlemy, kichamy, Dyssenteryą cierpiemy, teyże siły mocą, wrzody materyą zbieraią, Osutki, pryszcze, i inne tym podobne skutki dzieią się, ktora chcąc się pozbyć z ciała plugastwa, używa swey mocy wyrzucaiąc ie, womity są prawie nadprzyrodzonym poruszeniem żołądka, ale oraz zdrowiu naypotrzebnieyszym środkiem, do wyrzucenia tego z siebie, co żołądkowi szkodliwego, lub cale śmiertelnego byćby mogło, ztąd wymioty z przeładowania żołądka, z rozlania się żułci, z zażytego czego iadowitego, lub innych tym podobnych przyczyn, bywaią potrzebnemi, kichaniem usiłuie przyrodzenie ostrą, i zbyteczną kliykowatość, od mozgu spędzać, wtedy kichamy, gdy co ostrego, żyłki suche

draźniącego, w nos nam wpada, kichamy nawet w katarze, by obfitość kliykowatości w nosie zebrana, wyrzuconą być mogła, dla tey przyczyny, Tabakę niektorzy zażywać zaczęli. — Jeżeliśmy wiela czego niestrawnego, lub ostrego pożyli, tedy Dyssenterya nastąpić musi, ktora od mocy przyrodzenia wyganiaiącey, wszystko co iey iest szkodliwego, niestrawnego, lub nieczystego uprzątnie, bo gdyby się to w żołądku zostać, albo w krew obrocić miało, natychmiast nastąpiłyby bole, zapalenia, febry, gorączki, popsucia się humorow, i rożne fluxye. — Zbieranie się otoku czyli materyi, iest także podziwienia godne skutkowanie, iest to siła natury, ktorą tę obcą, ciału szkodliwą, i roziątrzaiącą go materyą, wyrzucić usiłuie, co się iaśniey daie widzieć w zaiątrzonych ranach, w ktorych kule, szrut, trzasek ułomki, żądła robactwa i much, albo też kawałki żelaza, w ciało wpoione będąc, iak się ich pozbyć stara, iak one na wierzch ieżeli może wypycha, co z wielką gorączką, i z zapaleniem, mocuiąc się, wykonywać iey przychodzi. — Do takowegoż pozbycia się, należą wszystkie wyproźnienia, i odchody, przez po-

ty,

ty, płynienia krwi, Dyssenteryą, Osutki, i pryszcze, lub inne tym podobne plamy, po ktorych iuż na wierzch wyrzuconych, choroba z wolna ustępować zwykła. — Gorączka wszelka, a w niey prędsze bicie serca, i pulsow, iest także dziełem przyrodzenia, i skutkiem natury, mocą ktorey wszelkie złe w ciele znayduiące się humory, oddzielaiąc potami, lub obfitą uryną z ciała wyprowadza. — Nierozumną rzeczą iest, chcieć się natychmiast, i za iedną razą, gorączki pozbyć, a przecież ona iest śzrodkiem, przez ktory ciało, za pomocą iey, wszelkiemi paruiąc: przeduchami, oczyszczać się zwykło, niepotrzeba się przeto, do pewnego czasu przeszkadzać gorączce, i owszem onę w swych czynnościach utrzymywać należy, by cierpkie a ciągłe wilgoci, porozwięzywała, gęste porozrzadzała, ostre potargała, i wszystkie zniewolone powyrzucała humory. — Jeżeli gorączka będzie gwałtowną, ztąd krążenie czyli bieg krwi zbyt szybki, roziątrzenie i bicie serca zbyt mocne, puszczenie krwi na to pomocne będzie, przez co zbytnia gwałtowność, i ogień, znacznie w swych czynnościach umiarkowanym zostanie. — Krwi puszczenie ograniczonym

być, do iakoweyby wielości być puszczone miało, zdrowemu, silnemu, i młodemu człowiekowi, uczynione nie może, tu bowiem należy uważać, iakowego kto ciała, i siły będzie, wysuszonego, wypracowanego, i wyniszczonego ciała człowiekowi, ostrożnie krew ma być puszczana, czerstwego zaś, i soczystego ciała, w miarę i potrzebę puszczać, iak tylko chory naymnieysze ciepło, lub słabość z upuszczenia krwi w swym ciele poczuie, natychmiast zawiązać iuż należy, krwi bowiem oszczędzać potrzeba, a nad potrzebę oney wypuszczać z ciała nienależy, gdyż krwi w zdrowym ciele nie iest zbyt wiela, kto dużo krwi upuszcza, osłabia się, kto zaś często puszcza, musi ią znowu puszczać przez nałog. — Na pełność krwi, uięcie sobie pokarmu, woda, owoce, jarzyny, i robota służy, mięsiw się strzedz, bo krew mnożą. — Starzy bez słuszney przyczyny niechay się nieważą krwi puszczać. — Gdy zyły krwią nabiegną, krew się nosem puszcza, burzyć się w ciele zaczyna, szum w głowie słychać, w oczach się iskrzenie lub płatkow latanie, ciała utrudzenie i umordowanie, od lada czego poczuiesz, krwi puszczenia potrzebę dosyć

masz ztąd iasną. — Nie w każdey chorobie puszczanie krwi iest pomocne, i potrzebne, i nie w każdym upale z gorączki pochodzącym, pozwalać się go ma, w fluxyach, w gorączkach z przeziębnienia, w gorączkach z Febry pochodzących, i w łamaniu po członkach, rzadko puszczanie krwi iest pożyteczne, i nie ma być pozwalane, także w zgniełych, i iadowitych gorączkach, puszczać krwi nie należy, bo chory umrze, ale w zaiątrzaiących chorobach, w gorączkach gdzie się obawiać należy zapalenia, lub by się do głowy krew nie obrociła; albo piersi nie zawaliła, także pluiącemu krwią, upuścić iey potrzeba, w oboiętnych zaś przypadkach, i gdzie wątpliwość zachodzi, bespieczniey trochę tylko upuścić, do dwoch lub trzech uncyi, i ieżeli po wyiściu sześciu lub ośmiu godzin, chory lepiey się mieć zacznie, można mu będzie znowu puszczenie oneyże ponowić, według potrzeby okazuiącey się. — Kto iest zdrow; niechay bez potrzeby lekarstwa nie bierze, bo chociaż lekarstwo i naylekszymby było, przecięż Naturę roziątrza i burzy. — Ci są godni wyśmiania i użalenia, ktorzy będąc zdrowemi, dla zwyczaiu, a nie

nie z potrzeby, lub uprzedzeni modą, w Maju lekarſtwa biorą, ktore ſię niektorym wcale ſzkodliwemi ſtaią, bo mocne laxatywy osłabiaiąc ciało, w choroby nieznacznie wprawiaią.—Rzadko bardzo ſkutki pomocne przynoſi w zaraźliwych chorobach laxans, ſzkodliwych zaś ſkutkow w tym razie wiele doświadczono, zwłaſzcza po mocnym laxowaniu.— Kto poczuie nieczyſtość znayduiącą ſię w wnętrznosciach ſwoich, może bardzo powolne lekarſtwo, na ſprowadzenie oneyże zażyć, alboli też, głodno przez iakowy czaſu przeciąg zachowywać ſię, przy ſtrzeżeniu ſię zaziębienia, aż ſię żołądek wytrawi, i wyczyści wraz z wnętrznosciami. Laxans ieſt pomocny na plugaſtwa w żołądku i kiſzkach oſiadłe, o pierwſzych w żołądku uwiadomia nas: Obrzydliwość, gorzkośc, i brzydki ſmak w uściech, ranna nudność, pełność, gryzienie, i bol żołądka, o drugim zaś dyſſenterya, odęcie, gryzienie, bol, i rozpinanie ſię kiſzek z kolkami, oznaymia. Mocne i oſtre laxatywy, zdrowym nawet ſzkodliwemi bywaią, a ſłabych w niebeſpieczeńſtwo wielkie wprawiaią, zaczym lepſze zawdy lekkie i z wolna laxuiące, i raczey ſłabe, niż zbyt mocne

lekar-

lekarſtwo, będzieli ſłabe, można go ieſzcze drugi raz zażyć, ale gdy zacznię gwałtownie laxować, iuż mu ciężko zapobieżeć, czaſami potrzeba tego wyciąga, że przez dwa, trzy, i więcey dni, ciągiem chorego laxować potrzeba. — Kto zbytnie wylaxowanym zoſtanie, pozbywa razem wilgoci z ſiłami ciału potrzebnemi, na lekkie laxatywum, czaſem ſam winny kamień ieſt doſtateczny. — Wyſchłym i wyniſzczonym ciałom, przyzwoitſzemi ſą rozwalniaiące, i rozpuſzczaiące laxatywy w trunku, niżeli w proſzkach, lub w pigułkach, z żywic lub z zapalaiących lekarſtw robione. — Niekiedy potrzeba wprzod oſtre i lipkie wilgoci rozwolnić, i onęż rozpuscić, a dopiero ie laxansem wyprowadzać. — Na przetrzymane zatwardzenie, potrzebnieyſzemi ſą Enemy iak laxanſe. Jeżeli w chorobach wyproźniaiące lekarſtwa ruſzyć niezmogą, niepotrzeba powtorzeniem nowego lekarſtwa, naturze gwałtu czynić, boby ztąd gwałtowna i śmiertelna dyſſenterya naſtąpić muſiała, ſtarać ſię tylko, Enemami dopomagać, w wielu chorobach, ſ le, a zwłaſzcza gorzka ſol Sedlicka, naywyśmienitſzym laxuiącym lekarſtwem bywaią. — We

wſzel-

wſzelkich rozpalaiących chorobach, w ktorych to wſzyſtkie zapalaiące, i grzeiące lekarſtwa, ſzkodliwemi bywaią, chłodzące i lekkie, wybierać należy, atoli ſtarym ludziom, i dzieciom, tamte niezaſzkodzą, gdyż oni zle trawiąc, do kleykowatości i flegmy, ſkłonnemi bywaią, nie ieſt to zawdy dowodnym znakiem, potrzeby zażywania na womity. gdy kto dobrowolnie womituie, trzeba coś więcey uważać, a ieżeli rozeznać niemożna, tylko ſamey letney wody zażyć, lub ſię poradzić Doktora. — Znaki: po ktorych poznać można potrzebę brania na womity/ſą: *1wſze* Gdy rano brzydki ſmak w gębie, nudzenie, odrzucanie ſię, gorzkość, obrzydliwość, gniecenie w żołądku, i ſkłonność do womitu, uczuć ſię daie. *2gie.* Kiedy właſność choroby wyciąga womitow. *3cie.* Gdy przyczyna choroby, z przeładowania żołądka, lub z twardey i nieſtrawney potrawy będzie, kto tedy po wieczerzy uczuie, że ſię zle ma, głowy bol i zawrot cierpi, odrzuca mu ſię częſto, kto nie dogotowanego lub niedopieczonego co ziadł, albo zbyt tłuſtego mięsa pożywał, po ktorym ieſzcze napił ſię, niechay natychmiaſt na womity bierze. — Atoli

Oſo-.

Osoby na kamień choruiące, i Ruptury maiące, nie mogą bez niebespieczeństwa na womity zażywać, iedni są do womitow skłonni, drudzy ciężcy i trudni, tamci mogą i od letney wody womitować, tym zaś dać *Tartarum Emeticum*, z iednym ziarnem *Rhabarbarum* należy, prawda iest: że womity są przykre i nie miłe, lecz ich pożytek iest niezmiernie wielki, ulżenie się, i ratunek prędki.— Jeżeliby lekarstwo na womity dane, aż nadto womity sprawować miało, napić się ciepło mleka, ieżeli i od niego nieustaną, włoż trochy masła w niego i napiy się. lub za miast masła, włoż Dryakwi iak laskowy Orzech w niego, i wypiy, lub wytłocz soku z ziela Ruty, i day się napić, Dzieciom nieszkodzą lekarstwa na twomity, i dobrze się po nich miewaią. — Gdy ckliwość wielka do womitow przypada, dopomoc naturze wodą letną, lub Herbatą, filżankami ią popiiaiąc, a czasem włożeniem palca w gardło, przyspieszane bywaią wymioty.— Enem zażywanie, u niektorych Osob iest w wielkiey nienawiści, a przecież się bez nich, w gorączkach, i wszelkich zapalaiących chorobach, obeyść nie można, w innych zaś wielu chorobach,

bach, przynaymniey pożytecznemi bywaią. — Niewczesnym wstydem nazwać się może, gdy kto dla wstydu Enemy brać niechce, gdzie iey konieczna, lub gwałtowna potrzeba wyciąga, zda mi się, że złamawszy nogę w udzie, lub gdzie w tey okolicy dostawszy dymienicy, albo wrzodu, niemożnaby było, nieodsłoniwszy się, opatrować, i goić. — Każdy laxans, roziątrza osnowę żył, i przyprowadza do wzruszenia się kiszek, ale też wyprowadza ze stolcem potrzebne ciału wilgoci. Enema zaś przeciwnie skutkuie, wyproźnia dolne kiszki, nieobraża osnowy żył, i niewyprowadza potrzebnych ciału wilgoci, nie wyniszcza sił iak Purganse, owszem rozgrzewa, odwalnia, odmiękcza, i odwilża, czego Purganse nieczynią. — Nie wszystkie Enemy iednego są gatunku, i skutku, ale iedne są wyprowadzaiące, odmiękczaiące, uśmierzaiące, wstrzymuiące, wzmacniaiące, i tuczące. — Nie można i niepotrzeba, w wielu chorobach laxatyw używać, bo w nich i naymnieysze rozdraźnienie szkodliwym by być mogło, iako to w zatwardzeniu, kolce, w wiatrach z zapalenia pochodzących, ale Enemy choćby i co godzina dawać, nie

nie-

niezaſzkodzą; na złym fundamencie zaſadzeni powiadaią, że włożywſzy ſię w Enemy, nie można ſię będzie iuż bez nich obeyść, bynaymniey, bo iak ſię natura wroci do ſwego porządku, iuż ſię obeydzie bez Enem, to tylko ktoś wymyślił na ochydzenie ich, czym chorzy niechcący być uzdrowieni, zaſtaniaią ſię, przez co wielu ich z lekkomyślności umiera, ktorychby było kilka Enem, przy życiu i zdrowiu zachowało.— Enemy ſą koniecznie potrzebne we wſzelkich chorobach, Kiſzki nazwaney proſtą, w niemocach pęcherza, w chorobach grubych kiſzek, w rozpalaiących niemocach, w zatwardzeniach upartych, w obległych plugaſtwem kiſzkach, we wſzyſtkich chorobach w ktorych ſię materya do gory podnoſi, w obłędach, zawrotach głowy, bolach, czaſami w biegunce, w bolach biegaiących po ciele, w zgniłych gorączkach, w Łożnicach, w Mizerere w ktorym naypożyteczznieyſzemi ſą z dymu tytiunowego, i z mydła, gotowane, w Paraliżach, we wſzelkich chorobach po przeſileniu ſię, w ktorych, z długotrwałych otworow, gorączka, nieſpokoyność, bol głowy, i wzdęcie żywota napadaią, zawdy Enemy pomocnemi

by-

bywaią. — I to niemniey fałfzywym zdaniem ieft, by chory nie iadaiąc, nie miał miewać ftolca, ftolec nie tylko z tego, co człowiek pożywa, ale też z żułci, z nieczyftości od fokow pozoftałych, z ściekaiącey kliykowatości, z nazbieraney przez długi czas oftrey i cierpkiey materyi, fkłada fię, co fię daie oczywiście widzieć w chorobie Cholerze, w zgniłey gorączce, i Łożney chorobie, gdzie tego plugaftwa, niezmiernie wiele, przez kilka, lub kilkanaście dni odchodzi, gdy tym czafem chory, nie wiele, lub bardzo mało, iada. — Enema powinna być tylko letno, a nie gorąco dawana, chcąc aby ta Enema była rozdrażniaiącą, rozpuścić w niey foli garść czyli łyfzkę, a będzie takowa. w upartych zatwardzeniach, można co dwie godziny Enemę dawać choremu. — Dzieciom w chorobach, na Zęby, kolki, gryzienie czyli morzyfko w żołądku, na Stolec zielony, naypomocnieyfza ieft Enema z Otrąb prafznym miodem ofłodzona, na uśmierzenie i rozwolnienie, Enema, wygotowana z Otrąb, lub Jęczmienia, woda, z Lnianym Oleiem ieft doftateczna. — W bolach kamienia i złotych żył, czyli hemoroydow, w kolkach z Ru-

Ruptur pochodzących, nic do ulżenia nie ieſt prędſzego, iako odmiękczaiąca Enema, z przegotowanego Rumianku z praſnym miodem, z Lnianym Olejem i trochą żułtka, zmieſzana.— Niemniey z ſamey czyſtey a zimney wody dawane Enemy, ſą bardzo pomocne, gdy z obwisnienia i flakowatoś i wnątrza, z osłabienia przez poprzedzoną chorobę, lub zbytecznego nabrzmienia, i nabiegnienia krwi do kiſzki proſtey, ślepe złote żyły w guziki ſię pozbiegaią, i palić zaczną.— Jeżeli potrzebne ſą poty, napić ſię Arbaty bzowey z mlekiem, wleść w łożko, i czekać cierpliwie ſkutkow przyrodzenia. — Ale zbytne okładanie chorego pościelą, ieſt płoche, bo nic nie pomaga, owſzem bywa niebeſpieczne i ſzkodliwe. — Poty ſą dobre po wſzelkim naziębieniu ſię, pomocne na zaziębiony i nazad wegnany pot, gdy człowieka mory przechodzą, czyli ograżka bierze.— We wſzelkich rodzaiach katharhowych, w bolach zębow z fluxyi pochodzących, bolach ſzyi, w łamaniach, w bolach z rożnych przyczyn głowy, gdy ſię zła wilgoć w ciele znayduie, potrzebuiąca dziurkowatością ſkury wyparowania, w fałſzywym boku kłuciu, i

w nie-

w niektorych tylko, i to bardzo mało gorących niemocach, dawać się może.— Szkodliwe przeciwnym sposobem iest pocenie się, w początkach wszelakich gorących, i zapalaiących niemocy, w Cholerach, Łożnicach, i zgniłych gorączkach, w Petociach, w Osutkach, Odrach, Ospach, ponieważ one albo przed czasem, albo też zbyt gwałtownie, materyą i humory, pod skurę naganiaią.— Jeżeli nie nastąpią po zażytych lekarstwach poty, dopoty oczekiwać potrzeba, dopoki sama natura nienakłoni się do wygnania z pod skury, lub ze krwi, znayduiącey się lotney materyi — Jeżeli się chory nadto poci, potrzeba między potem z choroby pochodzącym, czyli szkodliwych humorow wyganianiem, a między potem z opadaiącey choroby pochodzącym, czyli krytycznym, rożnicę czynić. Pot z choroby, gdy nadto zbytnim bądzie, starać się potrzeba, zmnieyszać, atoli nie raptem tamować, lub nazad wpędzać, wielu pod czas potow zrucaią z siebie kołdry, i wszelkie inne nakrycia, staraiąc się tym i siebie oziębić, i poty przytłumić, ale bardzo się mylą, a ieszcze bardziey błądzą ci, ktorzy powierzchownych sposobow zażywaią,

waią, do wſtrzymywania potow, wſzyſtko zaś co w takowym razie uczynionego być może, ieſt: lekko ſię tylko nakryć, w iedno lub we dwoie złożonym prześcieradłem, atoli naylepſzą rzeczą bywa, wewnętrznych ſpoſobow zażycie na wſtrzymanie ich, by ſilenie ſię nadpotrzebne natury, powściągnionym zoſtało, lecz częſto ciężko bywa tego dokazać, potrzeba ſię iednak wſtrzymać od wſzelkich gorących, kwaſkowatych, burzenie ſprawuiących napoiow i pokarmow, częſtokroć ſamo wyprożnienie ſię pomagać zwykło.— Pot krytyczny, to ieſt z przeſilenia ſię choroby pochodzący, ktory uśmierzaiącym bywa, rzadko ſzkodzi, chociażby też i nayobfitſzym był, tylko potrzeba naturze dopomagać, popiianiem miłego iakowego a tuczącego napoiu.— Z wolna i pomału wyſtępuiący pot, ieſt naynieſzkodliwſzym, gwałtowny a gorącem wyciśniony, niebeſpiecznym, i rzadko pożytecznym bywa.— Obfite picie ciepłey arbaty, udziela ciału wilgoci, cieńczy krew, i roziątrza naczynia ſkury, w niektorych chorobach, i niektorym Konſtytucyom, Ocet bywa naylepſzym na poty lekarſtwem.—Dobry krytyczny pot, zwykł

nay-

nayczęściey rano napadać, płynie chociaż od wolnego ciepła, by też zmiernie nakrytego ciała, i zaraz sprawuie uśmierzenie.—

Ludzie zbyt chudzi i smaglawi, niechay bardziey się o należyte parowanie ciała swego staraią, niżeli o poty, gdyż do potow nie bardzo są sposobnemi.— Poty głowy, szyi, grzbieta, piersi, lub inney iakowey części poiedynkowey ciała, nie są dobremi, owszem podeyrzanemi. Pot zaś krytyczny, gdy dobry iest, bywa ciepły, powolny, a po całym ciele rowny.— Plastry skutki swoie czynią tylko w niektorych głownych chorobach, i napuchnieniach, nie każdy zaś plaster bywa wart tey pochwały, ktorą mu przyznaią.— Plastry, ktore niebawiący po przyłożeniu, bole sprawuią, napinania, i ogień, czyli gorącość czynią, są nie dobre.— Gdzie mieysce napuchłe bardzo boli, lub zbyt czerwonym stanie, tam plastry są niebespiecznemi, i niepożytecznemi. Gdy materya głęboko znayduie się w ciele, plaster w tym razie będzie szkodliwym, lubo do doyrzałości materyą przyprowadzić może, ale iey nie potrafi wyprowadzić, doyrzała materya zapiecze się i

zatwar-

zatwardnieie, a przy pomocy plaſtru, nabrawſzy oſtrości, roziątrzać ſię, trawić około ſiebie ciało, i kość pruchnieiącą uczynić potrafi. Jeżeli ſoki w ciele popſutemi będą, tedy plaſtry wſzyſtkie, wyiąwſzy odmiękczaiące, przy pomocy lekarſtw, nic nie pomogą. Nayſzkodliwſze zaś ſą plaſtry, goiącemi nazwane, ktore, rany, i wrzody, natychmiaſt goić zwykły. Na rany niepotrzeba plaſtrow ktore wrzody goią, ſą zabiiaiącemi chorego, bo rany, i wrzody, maią być wprzod wygrzanemi, i wyczyſzczonemi, a po wyprowadzeniu zupełnie materyi, ſama natura goić ie ſtara ſię.— Nieroſtropną rzeczą ieſt, w gorączkach, chcieć gorącość uśmierzać, przykładaniem iakowych chłodzących rzeczy na pulſy, wſzakże każdy biegnący prędko, muſi uczuć gorącość, a przecież ztąd gorączki nie miewa, bo chociażby też i naybiegleyſzy Doktor, nie może zapalaiącey choroby, lub w niey przypadaiącego bolu, nieſpokoyności, bezſenności, i innych uciſkow ztąd pochodzących, natychmiaſt uśmierzyć, cierpliwości potrzeba, a wſzyſtko ſię z wolna uſpokoi.— Jeżeli choroba długo trwa, temu nie zawdy ſam Doktor winien, bo Doktor ile człowiek, daie le-

karſtwo pacyentowi, ale Bog daie zdrowie, komu chce, i iak mu ſię podoba, niektore ſą choroby, ktore z ſwey właſności długiego do leczenia czaſu wyciągaią, niektore, z opoźnionego leczenia, lub z złego albo opacznego zrozumienia choroby, niektorym ſą ſami chorzy przyczyną, że niechcą ſłuchać Doktora, z boku bab, ciotek, i ſzerletanow ſłuchaiąc, lub nie ſzanuią ſię w chorobie. Na bol i bezſenność, żaden roſtropny Doktor nieprzepiſze lekarſtwa, bol ſam od ſiebie uśmierzy ſię, a ſen ſam przyidzie, gdy będzie tego pora, to ieſt: gdy choroba iuż opuſzczać zacznie, lub wcale uſtąpi, częſto porządne życie, w cieple ſię trzymanie, w łożku ſpoczywanie, przy należytym parowaniu ciała, więcey nierownie pomoc może, niżeli naylepſze lekarſtwa.

Porządek życia w przeciągłych chorobach.—

Długiemi i przeciągłemi chorobami nazywaią ſię te, ktore, dłużey nad czterdzieści dni przeciągaią ſię.— Trafia ſię i to nawet, że zapalaiące choroby, na przeciągłe przerzucaią ſię.— Niemniey

mniey należą tutay także wrzody, ktore, bądź to z konstytucyi ciała, lub z Rodzicow sukcessyonalnemi bywaią.— Wszystkie te przeciągłe choroby, ukazuią nam, w walczeniu siłę i moc przyrodzenia, ktora się tym sposobem materyi nieczystey, a sobie szkodliwey pozbyć stara, czym w niektorych chorych sprawuie gorączkę, a w niektorych nie. W tych przeciągłych chorobach, gdzie z plugawey materyi gorączka się wzmaga, potrzeba odwilżaiących pokarmow zażywać, naprzykład: Ryżu: Jęczmiennego kliyku, mlecznych potraw, (kto je lubi) a porzucić wino, i wszelkie trunki, korzenie wszelkie, dziczyznę, i wszystkiego tego strzedz się, co zapalać może. — Długo trwaiące choroby, bez gorączek, iako to: Podagra, żułci niemocy, i świerżbowate osutki, wyciągaią niemniey strawnych pokarmow, świeżych ogrodnin, bez omasty wszelkiey, nabiałow, ięczmienney, ryżowey, i owsianey kaszy, co wszystko w tych razach, bardzo choremu służy.— W przeciągłych chorobach zaś, ktore z słabości suchych żył, czyli nerwow, i niewytrawionych sokow pochodzą, między ktore puchlina, nabrzmiałość, i gru-

czołowate narośliny, rachuią się, potrzeba bardziey wzmacniaiących, iak tuczących, potraw zażywać, między ktoremi, i mocne wina, czasami używane być mogą, z tym wszystkim, niepotrzeba od tych prawideł odstępować, że: lepiey mniey pokarmu zażywać, niż się go zdasią siły wyciągać, na ktory strawnieysze rzeczy obieranemi być maią.— Nadewszystko: że w tych chorobach, trzeba czystego powietrza, poruszania się znacznego, i częstego zażywać, rozrywek szukać, a wszelkiego zmartwienia się i troskow ile możności chronić.—

Porządek życia w zapalaiących chorobach.—

Zapalaiące choroby, bieg swoy szypko odbywaią, i albo polepszeniem zdrowia, albo śmiercią, kończyć się zwykły, zkąd na porządnym, i przyzwoitym w tey chorobie zachowaniu się, wszystko prawie zawisło, bo naymnieyszy błąd w tey mierze popełniony, może chorobę przedłużyć, albo śmiertelną uczynić.— Jeżeli iest gorączka gwałtowna, trzeba ią trochy poskromić, obfitym zażywaniem wodnistych napoiow, i

enem

enem chłodzących braniem, by żyłom ſuchym poſolgować, pokarmu bardzo mało zażywać należy, bo inaczey czyniąc; rozdwaiałaby ſię ſiła przyrodzona, zabawiaiąc ſię gotowaniem pokarmu zażytego, i niemogłaby nierownie potrzebnieyſzey rzeczy, uſzczuploną ſiłą, to ieſt wypędzenia z ciała ſzkodliwey materyi, dokazać. Niepotrzeba więc bab, ani ſzarletanow, albo oleykarzow, w tym rady ſłuchać, ktorzy zaraz na początku choroby każdey zapalaiącey, ſame mocne roſoły do iedzenia choremu podaią, ktoremi, gorączka od dopinania ſwego zamiaru, z nagła zrażoną bywa, czym iey uſiłowania, ſtaią ſię ſpoźnione, albo wcale bezſkuteczne, a naſtępſtwa czaſto okropne. Jak ſię tylko gorączka uczuć da, natychmiaſt: wſzyſtkie poſilne pokarmy porzucić należy, pierwſzych dni ſam cienki roſoł iedząc, na napoy, wodę Jęczmienną zażywać można, ktora chorego nie tylko pragnienie ugaſi, ale też i poſili go, atoli: coraz daley, iak tego okoliczności pozwalać będą, można będzie porcyą roſołu powiękſzać. — W Affekcyach pierſi, w kolkach boku, i w zapaleniach płuc, potrzeba

ba co do pokarmu, prawie ieſzcze więkſzey baczności przykładać, i ściśleyſzego ſię życia ſpoſobu imać, bo: że w płucach żywiący ſok, z pokarmow w krew ſię przemienia, łatwo poiąć można, iż gdy ta część chorą będzie, tym mniey zdatną ſtanie ſię, do wygotowania tego tak bardzo potrzebnego ſoku, z tey przyczyny, ściſła mierność czyli dyeta, w tych niemocach, zachowywaną być powinna. W chorobach, ktore żołądek i wnętrzności zaymuią, z tychże ſamych przyczyn, należy bardzo ſzczupły życia ſpoſob zachowywać.— W zapaleniach niżſzey części ciała, gdyby kto w żołądku, w wątrobie, w flakach, lub innych do ſtrawności potrzebnych częściach, odnioſł iakową ranę, przez coby przeiſtoczenie żywiącego ſoku w krew, tym tępiey wykonywane być muſiało, iak nayściśleyſzą dyetę, zachowywać należy. — Od dzieci, i podeſzłego wieku ludzi, niekoniecznie ma być tak ściſło, i akuratnie, ten przepis zachowany, iak od ludzi doyrzałego wieku, co ſię ma rozumieć, o delikatnych, i ſłabowitych ludziach.

Porzą-

Porządek życia w Dysenteryi.—

Naylepszemi zapobiegaiącemi śzrodkami od dysenteryi, są następuiące: Wstrzymywać się od mięsiw, zwierzyny, gęsi, i kaczki nawet są podeyrzane, nadewszystko, żadney potrawki, bez soku cytrynowego, lub octu, nieiadać. do pieczystego, gotowane i w occie z świeżym masłem sporządzone ogorki, być maią zawsze miasto sałaty, są bowiem pomagaiącym w tey chorobie pokarmem.—Atoli sałata z surowych ogurkow zrobiona, chociażby była octem winnym i masłem zaprawna, iest przecież dla takowych trochy niebespieczną.— Sałata zaś z kapusty zrobiona, ciężko pracuiącym ludziom, a nie dysenteryą cierpiącym, iest zdrową.— Z rosołem, można dla takowych gotować Endywią, rzepę, marchew, obrane ogorki, szczaw, z trochą grubych ięczmiennych krup, lub ryżem, albo też, pod rosoł sucharkow, lub suszonego chleba, nadrobić można. Jarzyny korzonkowe, to iest: gotowana marchew, cwikła, kwaskowato sporządzone kartofle, są silnym ludziom nayprzyzwoitsze, ćwikła znosi wprawdzie ostrość żułci, ale dysenteryą cierpiącym iest trochy

cięż-

ciężką, leguminy, mało co omaſzczone, i to, należycie wyrobione, ſą doſyć zdrowym pokarmem, owoc doyrzały zwłaſzcza śliwy, i winne grona, ſą im bardzo pomocne, gdy nawet w poźną ieſień dyſenterye panuią, niechay zdrowi zamiaſt gorących trunkow, iadaią na śniadanie; doyrzałe owoce z białym chlebem, ciężko zaś pracuiący ludzie (ieżeli ich na to ſtać) niechay przy śniadaniu, piiaią wino z wodą zmieſzane, piwo dobrze uwarzone, wino Ryńſkie z wodą kryniczną, ubodzy ludzie, gdy pragnienie mieć będą w tey chorobie, mogą pić wodę z ięczmienia wygotowaną, do ktorey, można będzie garść ſuſzonych kwaśnych wiſien wrzucić, lub zamiaſt wiſien, można do pułgarca tey wody, filżankę dobrego winnego octu przylać. — Swieża kryniczna woda, z ſokiem cytrynowym i winem, ieſt nieoſzacowanym lekarſtwem do uſtrzeżenia ſię dyſenteryi, mleko kwaśne, i maślonka krowia, ma niemnieyſzą ſwoię zaletę, nadewſzyſtko: w czaſie panuiących, lub tylko ſłyſzeć ſię daiących zaraz, miernością, czyli dyetą, pierwſzy zapobiegaiący, krok; tak co do iadła, iako też i co do picia, uczyniony być powinien, wſzy-

ſtkie-

ſtkiego ſię wyſtrzegaiąc, coby tylko zaſzkodzić mogło, by ztąd ſny ſpokoyne i łagodne, przy dobrym parowaniu, naſtępowały, teyże ſtaranności używać potrzeba, żeby ſię niezaziębiać, iakimkolwiek to bądź ſpoſobem.— Po gorących letnych upałach, tym wcześniey zimowe ſuknie na ſię brać przynależy, by gorącem zaoſtrzałe wilgotne pary w ciele, zimnem ściśnione pozoſtawſzy ſię, potym na wnętrznościach, nieoſiadły.— Ktorym ſię nogi pocić zwykły, niechay ſię zawdy ſtaraią one w tymże pocie, lubo zkądinąd nie miłym, ale ich zdrowiu bardzo pożytecznym, utrzymywać. — Kto po ſpoceniu ſię dziennym, wieczornym chłodem do domu ſię wraca, niechay ſię pozapina, a kroki wedwoynaſob powiękſza, by ciało, w rownym parowaniu utrzymywane być mogło.— Strzedz ſię pilnie brzuchem pod cieniem drzew na murawie ſpoczywać, lub wcale przeſypiać ſię, bo z tego łatwo dyſenterya napadać zwykła, i śmiercią nie ieden iuż tego przypłacił, nieczyſtość ulic, iako też nieochędoſtwo w izbach, zwłaſzcza ſypialnych, wiele ſię do chorob oſobliwie w ludnych miaſtach przykłada, zapobiegać temu izb przewie-

trza-

trzaniem, okien otwieraniem, a po wilgotnym powietrzu, kadzidłem przekadzać izby, lub ſkrapiać podłogę octem z wodą zmieſzanym, zwłaſzcza tę, w ktorych wiela ludzi ſpoczywa.— Gdyby kto mimo tych wſzyſtkich zapobiegaiących ſpoſobow, przecięż gorzkość w uściech, obrzydliwość wſzelkich mięſiw, niezwyczayne pragnienie, gniecenie i ciężkość w dolney części brzucha uczuł, lub napadaiące morzyſko, hurkotanie, nieregularność w zwyczaynych ſtolcach, albo idące ſtolcem robaki, u ſiebie poſtrzegł, niechay nieomieſzkiwaiąc, poradzi ſię znaiącego ſię na tym Doktora, a tym czaſem: wſtrzymać ſię od wſzelkich mięſiw, jaiec, i gorących napoiow, od wſzelkich gwałtownych prac i namiętności, a to, by tym zamięſzania w ſwym ciele, coraz bardziey nie powiękſzał, wielą bowiem chorobom, możnaby było w początkach zapobiec, gdyby był chory, pierwſzych zamieſzań w ſwym ciele zaſzłych, Doktorowi zawczaſu zwierzył ſię.—

o *Przedłużeniu życia ludzkiego.*

Przed owym powſzechnym Swiata potopem, żyli ludzie po kilkaſet lat, iak

iak o tym piſmo S. świadczy. — Atoli od czaſu Moyżeſza, iuż tylko około Ośmiudzieſiąt lat, naydaley gdy ſię życie przeciąga. — Wſzelako: mamy przykłady, że i dłużey ludzie życie ſwoie przeciągali, iednakże to przykłady rzadkie, i między dziwa liczyć ſię mogą:

Zycia długiego zaſadą czyli fundamentem, bywa dobry utwor czyli temperament natury, a ten: krwiſtym właściwy, gdyż u nich, ciepło z wilgocią przedziwnie dobrane, wſpiera ſię nawzaiem, gdzie przeciwnie w drugich utworach, mieſzanina własności mniey zgodna do przedłużenia życia, widzieć ſię daie, iak to: ciepło z ſuchością w Cholerykach, wilgoć z zimnem, w Flegmatykach, i zimno z ſuchością w Melancholikach.

Wiela ſię atoli przykłada do przedłużenia życia mierność iadła i napoiu, ktorych podług ſtrawności żołądka, używać należy, co oczywiście wydaie ſię na Zakonnikach i Zakonnicach, u ktorych wikt proſty, oſtrością Zakonną określony, w czerſtwości ſtarcom przeciąga życie. — Wſzelako: i między temi, ktorzy ſpoſobem poſpolitym, a czaſami i obſi-

tym

tym, byle to tylko niezbyt częto bywało) żyią, długość życia zwykła się znaydować, ba co większa, że czasem dłuższa od tamtych.— Wszelako, mierność umiarkowana, iak zdrowiu, tak długiemu iest naprzyzwoitsza życiu.

Rożność, czyli rozmaitość potraw oraz pożywana, z powszechnęgo doświadczenia, przeciwną bywa długiemu życiu.— Atoli mieszanie iednego dnia rożnych trunkow, ieszcze szkodliwszym staie się nad mieszaninę w iedle.— Z tym wszystkim iak bale tak i hulawki, przedłużeniu życia niezaszkodzą, byle tylko rzadko, i niby tresunkowo bywały.—

Potrawy, czyli iadło bez przypraw, dosyć zdrowym bywa pokarmem, dobranemi atoli przyprawami urądzone, ieszcze bardziey służy.— To iest: potrawom przytwardszym, przyprawa i napoy należy się mocnieyszy, tym zaś, ktore łatwieyszemi bywaią do strawienia, przystoi napoy cieńszy, a przyprawa maśnieysza, czyli kraśnieysza.—

Jak mierność umiarkowana służy, tak głod, czy zbytnie posty, bywaią szkodliwemi, pragnienia zwłaszcza unikać należy, gdyż żołądek zawdy czysty, atoli wil-

wilgocią napoiony utrzymywać potrzeba.— Lecz wiedzieć i o tym należy, iż mieyſce w ktorym mieſzkamy, do przedłużenia lub do ſkrocenia życia wiele ſię przykłada.— I tak: w kraiach chłodnieyſzych, zazwyczay dłużey ludzie żyć zwykli, niżeli w gorątſzych, na wyſpach i na kępach między zdrowemi wodami leżących, długie obywatęlom zwykło ſprzyiać życie.— Mieyſca gorzyſte i wyżſze, bardziey długiemu ſprzyiaią życiu, niżeli niſkie i dolmy.— Powietrze czyſte i iednakowę, bardziey ſłuży, iak odmienne lub zbyt burzliwe.— I rowniny, byle nie zbyt piaſzczyſte, albo z drzew i z wyſokich roślin ogołocone, bywaią doſyć długiemu ſprzyiaiące życiu.—

Powietrza nieiednakowość w mieſzkaniach, iak zwykła bywać ſzkodliwą, tak przeciwnym ſpoſobem, odmiana powietrza na woiażach, bardzo długiemu ſłuży zdrowiu, odmiana bowiem takowa, orzeźwia nerwy, i ſił dodaie ciału.

Stan Rodzicow, tak ze ſtrony Matki, iako i ze ſtrony Oyca, wiela bardzo wpływa w długość życia Synowſkiego, oſobliwiey atoli Matki, zwłaſzcza

w cza-

w czaſie ciąży, iak ſię będzie miała, i iak ſię będzie zachowywała. Niektore familie czyli pokolenia, z natury ſwoiey bywaią długo żyiące, gdzie przeciwnie, niektore krotko żyią, lub iakowey wadzie czyli defektowi dziedzicznie w famili panuiącemu, podlegaią.— Ci ktorzy maią iakby lśniące ſię lica, takąż ſkurę na ciele, i włoſy, nierownie żwawſzemi bywać zwykli od tych, ktorzy włoſa rudego, ſkaragniadego, lub gnidami popſtrzonego.— Nawet, rumianość zbyteczna lica za młodu, krotſze oznacza życie, niżeli bladość.—Skura przytwardſza na ciele, lepiey obiecuie, niżeli zbyt miętka, czoło nawet znacznieyſzemi marſzczkami, czyli brozdami poorane, lepiey znaczy, iak gładkie i wycmukłe.— Włos na głowie przygrubſzy lub ſzorſtki, bądź on proſty, bądź kędzierżawy będzie, bardziey długie życie oznacza, niżeli mięki lub bawełniany.—

Prędſze, lub w latach poźnieyſze ołyſienie, niczym ſię nierożni, gdyż powſzechnie, łyſi dość długo żyć zwykli. Nawet ſiwizna za młodu rzucaiąca ſię, nic nie znaczy, gdyż i ci ktorzy w pode-

deſzleyſzych latach ſwieią, niekoniecznie dłużey żyć zwykli, od tamtych.— Ktorzy z wolna i przez długi czas rosną i mężnieią, dłuższego ſpodziewać ſię maią życia od tych, ktorzy zbyt młodo tyią i mężnieią.— Stan przykrotſzy, a nogi przydłuższe, lepiey znaczą, iak ſtan długi, a nogi krotkie, toż ſamo znaczy ciało żyłowatę, kościſte, i ſtan niby grubopłaſki, przeciwnie zaś; żyły cienkie, kibić wycmukła, lub ſzyia cienka.— Toż znaczą nozdrza i uſta przywiękſze, uſzy chrząſtkowate, zęby gęſte i zdrowe, pierſi rozłożyſte lecz niewypukłe, ręce przydłuższe, a dłoń nie zbyt głęboko bruzdami zorana, przeciwnie zaś, wſzyſtko krotkość życia obiecuie.— Ciała chuderlawość, przy poſkromionych namiętnościach, długie obiecuie życie, oczy przywiękſze i nieiakowyś ogień w ſobie maiące, dowcip i inne zmyſły gdy nie zbyt byſtre i dotkliwe, puls czyli bicie krwi z młodu gdy powolnieyſze, a z latami prędſze, dobrze znaczą.— Kto ſię w oſmym mieſiącu urodził, takowy długo żyć niezwykł.— Zimą na świat wydani, dłużſzego ſpodziewać ſię maią życia od tych, ktorzy latami zrodzeni.

Spo-

Sposob życia Zakonny i powolny, dłuższe życie obiecuie, iak zbyt ruchawy i szastaiący się.— Ci co swe życie nad Książkami lub w sposob siedzący pędzą, ieżeli nad rzeczami wesołemi i bawiącemi ich, tedy przedłużaią swe życie, ieżeli zaś nad rzeczami oboiętnemi a mozolnemi, siedzą, tedy skracaią go.— Czyliby częste krwi puszczanie, do długiego przykładało się życia, rzeczą ieszcze iest wątpliwą.—

Wszelkie korzenia i trunki mocne, krew i soki wiele rozpalaią, i życie skracaią, przeciwnie zaś; salitra w dziesiątey części między sol mieszana, i tak nią potrawy solone, do długiego przykłada się życia.—

Sen mierny a spokoyny, pomaga, nawet po obiedne krotkie przedrzymanie się, służy, przeciwnie zaś, wszystko szkodzi.— Sposob życia z młodszych lat ruchawy i czynny, przedłuża życie, w starych zaś latach, spoczynek, częste strawnych rzeczy potrosze poiadanie, i winem popiianie, izba ciepła, i życie bez trosków, służy.—

Zbyteczne uciechy, wyniszczaią siły, wesołość zaś sąsiedzka, wzmacnia ie.

Tłumiona w ſobie radość i ſpodziewana czegoś nadzieia, ſłuży do przedłużenia życia, przeciwnie ſmutek, obawianie ſię, gniew, i nienawiść ſkracaią życie. — Wſtydliwość wrodzona dłużſzego oznaką bywa życia, lecz nagłe kogo zawſtydzenie do pomieſzania zmyſłow przyprowadza. —

Ciała ochynienie zimną wodą ſłuży i pomaga, przeciwnie, kompiele ciepłe i łaźnie, ſzkodzą. — Bardziey ſłuży długiemu życiu iądło pieczyſte, niżeli z wodą gotowane, a przyſmarzania wcale ſzkodzą. —

DZIAŁ IV.

o Niektorych domowych lekarstwach, na rozmaite choroby.--

Dla niedoſtatku po rożnych mieyſcach doſkonałych Doktorow, chwytać ſię zwykł choruiący z potrzeby w bliſkości znayduiących ſię ſzarletanow, żydow, Bab, i Oleykarzow, od ktorych częſtokroć albo więkſzey ieſzcze choroby, albo też i śmierci ſamey nabywa, lub zaſarbowane a bezſkuteczne, tylko groſz wyłudzaiące kupuie lekarſtwa. Czemu zapobiegaiąc na dalſzy czas, podaię na niemocy lekſze, łatwe do leczenia domowe ſpoſoby. Na inne zaś choroby, chociaż ſzczupły, ale doſtarczaiący Regeſtrzyk, Ziol, i Lekarſtw, ktoremi w początkach chorob, ratować ſię można, a przy pilności i ſtaraniu, nawet i wielkie zmnieyſzonemi być mogą. —Każdy goſpodarz powinienby ſię ſłuſznie w naſtę-

ſtępuiące zioła, korzenie, kwiecia, jagody, ſole, powidła, iako też w winny ocet, miod praśny, Dryakiew, krople żołądkowe, dla potrzeby domowey opatrzyć, z tych naypotrzebnieyſzemi zaś te ſą:—

ZIOŁA.

Podbiał, Mięta, Krwawnik, Ptaſzaruta, Centurya, Piołun.

Korzenie.

Cykoryi korzeń, Slazu włoſkiego, Jalapy, Łopianu, Lukrecyi.

Kwiecie.

Rumiankowe, Bzowe, i Cierniowe.—

Jagody.

Jałowcowe.—

Sol.

Gorzka Sedlicka Sol, Salitra, i Winny kamień.

Powidła.

Bzowe, i Jałowcowe.

Sposob używania i skutki.

Podbiał. Nalanie (*) tego ziela skuteczne bywa, w rozmaitych piersi niemocach i kaszlach, zamiast cukru, może być miodem słodzone.—

Mięta. W wrzącey wodzie zagotowana, wzmacnia żołądek, rozpędza kurcze, uśmierza womity, a czasami i bole żołądka.—

Krwa-

(*) Nalanie *Infusio.* Nazywa się, gdy zioła iak Arbata wrzącą wodą polane będą. Kwiecia warzyć nie należy, bo częścią siłę tracą, częścią tym gotowaniem nieprzyiemnego smaku nabywaią, właśnie iak herbata. Na listki Senesowe nalana woda, pod przykryciem przez kwadrans postać może, ieżelibyś poźniey niżeli za kwadrans pić miał, zley pięknie z listkow i schoway, ile w cztery palce nabrać możesz, do czterech filżanek wody dosyć iest. Dekokty i napoie, po godzinie gotowane być mocno powinny, ktoby chciał mocnieyszemi ie uczynić, niechay ie dłużey gotuie. Kleykowate korzenia, iako to: Slazu włoskiego, potrzeba dłużey gotować, Korzenie zaś do gotowania, maią być pięknie drobno pokraiane, aby z nich moc woda wyciągnąć mogła. Korzenie gorzkie, to iest dziki pod-

Krwawnik. To ziele, iako też i iego kwiat, ieſt bardzo pomocne w zamuleniach, w kurczach żołądka, w grzbietu bolach, w płynieniu złotych żył, w rożnych krwi płynieniach, i po Febrach. Parzy ſię go wrzącą wodą, i to nalanie piie zamiaſt herbaty, albo też: nalawſzy na niego wina, niechay wymaka.

Ptaſza ruta. Jeſt gorzkie, rozwalniaiące, i krew czyſzczące lekarſtwo, gotuie ſię w wodzie, albo moczy w wi-
nie

rożnik, Ptaſza ruta, Mlecz niſki, zbyt długim gotowaniem gorſznieią i brzydnieią, kto ie tak pić może, prawda że lepiey uczyni niż ten, co ile tyle wygotowane żażywa, bo woda zaprawiona nic niepomaga, nareſzcie: można będzie miodem oſłodzić. Korzenie świeże, ſą nierownie ſkutecznieyſze niżeli ſuſzone. Napoie maią być z rana zażywane, ale napoy z Podrożniku i Mleczu niſkiego winem zaprawny, można przy ſtole, i po obiedzie zażywać. Używanie ſtateczne bez przerwania i długie, ſkutek porządany przynieſie, kto zaś raz, dwa, lub trzy, albo kiedy niekiedy zażywać myśli, niechay lepiey nie zażywa. Piiąc co dzień naymniey po pułkwarty, i to dwa razy na dzień, piiać należy, mniey piiąc, nic nie pomoże.

nie i zażywa. W niemocach ſkury, w zatwardzeniu wnętrzności, w gorączkach, lub zaraz po opuſzczeniu ich, zażywana, mocno pomaga. Wyprowadzaią z niey w Aptekach ſol długim gotowaniem, ktorą zgęſtniałą na pigułki wyrabiaią, i w rożnych niemocach używaią.

Tyſiączne ziele albo *Centurya.* Jeſt gorzkie, na żołądek ſłużące, ktore w winie lub gorzałce zażywane być może, ſłuży tylko na zepſucie żołądka, iadłem lub piciem, na zbytnią wodniſtość żułci, i bezſilność iey, na zbytnią obwiſłość wnętrzności. Niechay go ci ktorzy ſą bladey cery, ciała nabrzmiałego, ſtrawności popſutey, i do puchliny ſkłonni, zażywaią, bo im wielki pożytek przynieſie. Służy także to ziele, i na puchliny po febrach przypadaiące.

Piołun. Niemniey gorzki, atoli żułć, nieſtrawność, i ſoki poprawiaiącym lekarſtwem ieſt. Zażywać go można, albo ztarty na proch, albo wymoczony w winie, przez godzin czterdzieści i oſiem, ktorego wina na dzień można pijać, po dwie, lub trzy, ſzklaneczki.

Podro-

Podrożnik. Jeſt gorzki, mydłowaty, a rozwalniaiący korzeń, ktory potrzeba w wodzie gotować, i pić tę wodę, albo ſamą, albo też z winem zmieſzaną.— Czym ſię lepiey wygotuie, tym ſkutecznieyſzym ten napoy ſtanie ſię, ieſt oraz krew czyſzczącym lekarſtwem.—

Slaz włoſki. Niezmiernie ieſt kliykowaty, przeto w kaſzlach ſuchych, w bolach żywota, w bolach przy puſzczaniu moczu, i w chrapce, z pożytkiem zażywany być może, ale go potrzeba aż do połowy wygotować.— Niektorzy z tym korzeniem gotuią otręby, i piią tę wodę.

Jalapa. Czyści lekko i dobrze, na raz zadaie ſię iey od puł kwinty, czyli puł ćwierci łuta, aż do całey ćwierci.— Jeżeliby ta porcya dla żołądka mocnego za ſłaba była, można do niey winnego kamienia przymieſzać. Albo też można do 30. ziarn ſeneſu, przydać 20. ziarn Jalapy, i zaraz zażyć.

Łopian. Ma korzeń mydłowaty, i krew czyſzczącey własności, ktory w rozmaitych chorobach, ſoki ciała rozwal-

nia,

nia, one wycięcza, i zbywaiące wyprowadza. — Sypie się go pełna garść do kwarty wody, ktorą wygotować do połowy lub do trzeciey zzęści potrzeba, ktora powoli przed południem wypita być powinna od chorego. Ten trunek iest bardzo skuteczny w bolach członkow, w fluxyach, w ostrości krwi, w zamuleniach wnętrzności, i w osutkach wszelakich.

Lukrecya. Smaku iest słodkiego, a kliykowatego, łatwo się daiąca wygotować, ale i bez gotowania, trzymaiąc korzonek w gębie, żuwać go można. — Zgotowaney Lukrecyi razem z Rozynkami, i z jęczmieniem obieranym, aż do rozwarzenia się onego, bywa bardzo służący napoy na piersi. — Jeżeli kaszel zbyt gwałtowny będzie i suchy, można do niego korzenia Slazu włoskiego przyłożyć. Na też same niemocy, służy Lukrecyi sok wygotowany, ktory w sklepach przedaią.

Rumianek. Jest korzenny i gorzki, uśmierzaiący bole, gotuie się jak Bzowy kwiat, wrzącą wodą zalany, piie się go filżankami, w kolkach: pochodzących z

wia-

wiatrow i oziębienia, w kurczach, w macicznych niemocach, w bolach żołądka, i w zbieraniu ſię na womity. Powierzchownie zażywa go ſię w materacykach, i okładaniach, nalanie z niego, wielkich ſkutkow ieſt w Enemach.

Bzowy kwiat. Miłego bądąc zapachu i ſmaku, lekkim, wybornym i tanim ieſt lekarſtwem, ſprawuiącym poty, zbieraiąc go z krzakow, cienko rozeſłany, ſuſzyć należy w cieniu, a wyſuſzony chować na ſuchu. Ile można w cztery palce nabrać, wrzuca ſię do trzech filżanek wrzącey wody, nakrywa ſię przez kwadrans, potym zlać można do picia. To nalanie, ſłuży we wſzelakich przypadkach i chorobach, ſłuży na wpędzony nazad i zaziębiony pot, na fluxyie, na dyſenteryą, na katar, na łamanie po kościach, na przemiiaiące i biegaiące bole, na głowy bol, na przenikaiące zimno z gorącem na przemiany. Powierzchownie przykładany być może w bolach i puchlinach z fluxyi pochodzących, w rożach na twarzy, w łamaniu, w dyſenteryi, z prażoną żytną mąką lub otrębami, iak materac lecz nie gorąco, boby barziey zaſzkodził. Jeżeli puchli-

chlina pochodzi od zapalenia, tedyby ſuche woreczki zaſzkodziły, boby zatwardzenie ſprawiły, z tegoż ſamego nalania, przydawſzy miodu praśnego, i trochy octu, dobre płukanie na gargaryzacyią, w zapaleniu gardła, ſporządzone być może.

Cierniowy kwiat. Laxuiącą moc ma, można go wrzącą wodą nalać, lub tylko w winie wymoczyć. Od robakow pomaga, ſuſzy ſię w cieniu, a w ſuchu chowa.

Jalowcowe jagody. Są gorzkie, korzenne. żołądek wzmacniaiące, mocz wypędzaiące, rozwalniaiącey własnośći, w rożnych dolegliwościach, używać ich można, czyli to potłuczone iedząc, czyli też z nich nalania wodnę, lub wymoczenia winne, zażywaiąc, w zepſuciu żołądka, ſame jagody, lub z nich powidła, z rana na czczo zażyte, naprawuią ſtrawność onego, kadzenie niemi w izbach, zdrowe ieſt.

Sedlicka ſól. Tey ſoli: trzy, cztery, lub pięć łotow, przyzwoicie w wodzie rozpuſzczonych, wybornym bywa laxan-

ſem,

ſem, ktory otwieraiąc zamulenia, bez bolu wyprożnia, i gdzie inne lekarſtwa ruszyć nie mogą, ta ſol ruſzyć potrafi. Mocney konſtytucyi ludzie, mogą puł kwinty Jalapy, i 2. łoty ſoli, na ieden raz zażyć. W ſłabſzych konſtytucyach 2. kwinty ſoli rozpuſzczone w kubku pełnym wody, znoſzą zatwardzenia i zamulenia w niżſzey części żywota zaległe, rozdziela kliykowatości, i moczem ie wyprowadza, popiiaiąc po zażyciu zimną wodą. Od znaiącego ſię na iey ſkutkach Doktora, może być w przeciągłych chorobach, bardzo ſkutecznie dawana. Do iednego łota tey ſoli, potrzeba puł kwaterki wody.

Salitra. Jeſt chłodzącey i rozwolniaiącey mocy, można iey zażywać w rozpaleniach, w gorących bokow kłuciach, w zapaleniach śledziony, lub innych części, w ſuchym a wielkim gorącu, w ciężkim oddychaniu, twardym pulſie, zgęſtniałey krwi, można ią dawać w proſzku, lub rozpuſzczoną w wodzie, puł kwaterki wody, do kwinty ſalitry doſyć ieſt. I w innych gorączkach, w ktorych wielki upał bywa, można zażywać ſalitry, po 10. lub 12. ziarn; nie-

kto-

ktorzy wſypuią ią do jęczmienney wody na napoy, a inni na płukanie gardła, czyli gargaryzacyą, używaią.

Winny kamień, czyli winna ſol, zwana poſpolicie *Kremortartary*. Jeſt lekarſtwem takim, bez ktorego ſię dom obeyść nie może, w bardzo wielu chorobach mogąca być zażywana, bo chłodzi, rozpuſzcza, i pędzi mocz, odpiera zgniliźnie i gorączkom, zadaie ſię w proſzku, po iedney, lub po dwie pełne małe łyżeczki, co 3. lub 4. godziny w wodzie, lub ſerwatce, ktora chłodzi, pragnienie gaſi, uśmierza żułć, nieczyſtość wyprowadza moczem, otworzyſtości do wyprożnień czyni, z wielkim pożytkiem może być zażywany we wſzyſtkich cholerycznych, i zgniłych gorączkach, w gorzkościach uſt, i po gwałtownym ugniewaniu ſię. Używanie częſte, z Rabarbarem zmieſzanego winnego kamienia, ſkutecznym lekarſtwem bywa w zatwardzeniach żywota, w zgromadzeniu ſię plugaſtwa wewnętrznego, w wylaney żułci, w kolce, w łożney chorobie, w dyſenteryi, w hipokondryi, i w hemoroidalnych dolegliwościach. Chcąc by ſię zupełnie rozpuściła, potrzeba ią w wo-

dzie

dzie gotować, wrzuciwszy do niey gdy wystygnie rozkroioną Cytrynę, łagodnym stanie ci się napoiem, ktory osłodzić można.

Powidła Bzowe. Bywaią kwaskowate, rozwalniaiące, poty sprawuiące, i w rozmaitych chorobach używa się ich skutecznie, częścią z wodą na napoy, częścią z proszkiem raczych oczow, i solą zmieszane, częścią do innych lekarstw zażywane. Nadewszystko że są tanie, i łatwym do zrobienia lekarstwem, są skuteczne w oziębieniach, w zaziębionych potach, w katarach prawie nic lepszego i pewnieyszego zadawać się nie może, nad te powidła, zażywaiąc na dzień po dwa razy tych powideł, po iedney lub po dwie łyżki, w ciepłey bzowego kwiatu herbacie. Niektorzy rozpuszczaią w wodzie też powidła, z ktorych miły i łagodny napoy robią, a że kwaskowatym bywa, ztąd i pragnienie uśmierzaiącym iest. Zamiast wody do picia w niemocach piersi, można w ięczmienney wodzie miodem osłodzoney, te powidła rozpuszczać.

Ocet winny. Jeſt niepoſpolitych w lekarſtwach własności, w wielu zapalonych chorobach, na podziw dokazuie, zmnieyſza gorącość, pragnienie gaſi, ſprzeciwia ſię zgniliźnie, rozpuſzczaiąc ią i potami wyrzucaiąc, zażywać ſię może z wodą czyli ſerwatką, albo też z ięczmienia gotowaną wodą. Zamiaſt napoiu, można iednę część octu, z trzema lub z czterema częściami wody pomieſzać, a dla miłſzego ſmaku, cukru lub miodu przydać, takowym ſpoſobem ſporządzony i rozpuſzczony, ſłuży we wſzelkich gorących niemocach, w zgniłych i upartych gorączkach, w kłuciu w boku, w zapaleniu śledziony, ſprzeciwia ſię pſowaniu ſię ſoków, zmnieyſza gorączkę i iey upał, gaſi pragnienie, i oſtrość wyprowadza. Kogo ſtać na to, może ſię na lato i na zimę, w poziomkowy, i wiśniowy, ocet opatrzyć, niemniey ſkuteczny ieſt ocet z ſerwatką. Ocet ten winny powinien bydź czyſty, i ſam z ſiebie dobry, a nie przez przydawanie czego takowego naprawiany, i czym z lepſzego wina ten ocet będzie, tym też mocnieyſzym i ſkutecznieyſzym ſtanie ſię, bo z podłe-

dłego wina, podleyſzyzh także właſności ocet bywa. W mdłościach przypadaiących, ieſt do ocierania chorego lepſzy, niżeli Spiritus z Meliſſy, trzymaiąc go pod noſem.

Przaśny Miod. Niemniey ieſt potrzebnym domowym lekarſtwem, i u każdego Goſpodarza znaydowaćby ſię powinien; ma w ſobie rozwalniaiącą i otwieraiącą właſność, i kliykowatości rozpędzaiącą moc, ktorego zamiaſt cukru, powſzechnie do wſzyſtkiego używać można, oſobliwie pomocnym bywa w katarach oſiadłych na pierſiach, w kaſzlach, bądź to z gorączką złączonych, lub nie, w zamuleniach, w kłuciu w boku, w zapaleniu śledziony. Można go świeży z plaſtrow zaraz ieść, albo też rozpuściwſzy w wolnym ciepłe, często łyżeczką od kawy pożywać, w zapalaiących chorobach, ſłodzi ſię nim jęczmienna woda, kto zbyt ſłodko nie lubi, może ſobie podług upodobania octu przylewać. Płukanie gardła, lub do ſprycowania, robi ſię poſpolicie z miodu, wody, i octu, bo z ſamego octu zbyt oſtre ieſt, i ſzkodzi. Z miodem ocet tak ſię robi: Do rozpuſzczonego

w ſcie-

w cieple miodu przaśnego, przylewa się octu tyle, aż kosztuiąc, łagodny smak mieć będzie, ktorego się w gorączkach i kaszlach, z wielkim pożytkiem zażywa. Może także służyć zamiast soku na piersi.

Dryakiew Ta dwoiaka iest: iedna Egierska, a druga Wenecka; pierwsza nie iest tak gorąca, lecz druga na żołądek lepsza; prawda: że iuż używanie obydwoch ze zwyczaiu wychodzi, wszelako: gdy przyzwoitych czasow, i od znaiących się zadaną będzie, pożyteczną bywa. Z uwagą iey zażywać należy, bo rozpala, roziątrza, i żywot zatwardza; pomocną iest, bo żołądek wzmacnia, orzeźwia, zagrzewa, częstokroć bole i kurcze rozpędza, w przyzwoitey mierze i ostrożnosci zażyta, poty pobudza. Może zatym szkodzić, i pomagać, bo iest oboiętnym lekarstwem, bez porady znaiącego się na niey, nie zażywać iey. W małym oziębieniu się, w zepsuciu żołądka, w kurczach żołądka, w katarach bez gorąca i gorączki, pomocną iest, zażywać iey iak groch Turecki czyli Fazola, na raz, a popiiać herbatą z bzowego kwiatu, lub z rumianku zgotowa-

towaną. Kogo po zażyciu w żołądku pali, znakiem ieſt, że mu ſzkodzi, napić ſię natychmiaſt rozpuſzczonego winnego kamienia, i ſtrzedź ſię na potym Dryakwi.

Krople żołądkowe. Można w domu ſamemu ſobie Eſſencyą żołądkową tak zrobić: Naławſzy na liſtki piołunkowe pięknie obrane, a w cieniu ſuſzone, okowitki, ile chceſz; zatkawſzy, niechay latem na ſłońcu, zimą w cieple ſię wyczyści przy piecu; odcedź iuż wymokłe przez chuſtę, i naley ią powtore na świeży Piołun, albo tyſiączne ziele, niechay wyciągnie ſiłę tych ziół, przefiltrowawſzy, miey do używania. Atoli ta Eſſencya ſłuży tylko zimnym żołądkom, albo tym, ktore ſię iadłem lub piciem popſowały; gorącym z przyrodzenia, i młodym ludziom ieſt ſzkodliwa.

Lekarſtwo na Katar.

Piiay po trzy razy na dzień: z rana, w południe, i wieczor, nalanie z Bzowego Kwiatu.

Wziąść trzy, lub cztery razy na dzień winnego kamienia po łyżeczce od kawy, mało iedząc, ſtrzedz ſię oſtrego powietrza i zaduchu. Kto ma Bzowe powidła, może ich idąc ſpać, na noc łyżkę zażyć.

Na Febrę.

W ten dzień, w ktory nie przypada, weź zrana, po obiedzie o czwartey godzinie, i wieczorem, po łyżeczce od kawy pełney zarowno zmieſzaney winney i piołunkowey ſoli.

Gdy cię iuż trzęſie, lub przed nią, piy mocno Bzowy kwiat, iedz mało, ſtrzeż ſię chłodnego powietrza i gniewu.

W wioſennych, lecz bardziey ieſzcze w Jeſiennych febrach, pomocna ieſt zażyć na wymioty.

W dni, w ktore febra ma przypadać, nie należy brać lekarſtwa, lecz ciepły kwiat Bzowy pić można, i wyſtrzegać ſię, by febra nie zaſtała żołądka naładowanego, bo ſię tym utrzymuie długo, naymniey przeto na cztery godziny przed febrą ieść przynależy.

Gdy nieuſtępuie febra po ſiodmym lub oſmym wytrzęſieniu, poradzić ſię Doktora, bo częſto potrzebną bywa rzeczą, by febra dłużey ſwe paroxyzmy przeciągała.

Na Biegunkę.

Pół kwinty Rabarbaru zażyi, iedz mało, ſtrzeż ſię tłuſtego, ieżeli nie uſtanie, zażyi dnia trzeciego część trzecią kwinty przypalonego Rabarbaru, raz tego dnia iedz, a ſtrzeż ſię chłodnego powietrza.

Na Dyſenteryą.

Zażyi z tana przypalonego Rabarbaru pół kwinty, popiiay mocno ſerwatką, a czaſem herbatą, nic innego nie iedz, tylko jęczmienny i owſiany kliiek, ſtrzeż ſię oziębienia i zimnego napoiu. Jeżeli ſię bardzo ſiliſz na ſtolcu, każ ſobie dać Enemę z jęczmiennego kliyku z oleiem lnianym: Jeżeli nie uſtanie, weź nazaiutrz dwa lub trzy razy przez dzień po łyżeczce od kawy pełney przez połowę mięſzanego Rabzrbaru z winnym kamieniem. Jeżeli maſz

w uftach gorzkość, język nieczyfty, a do tego czuiefz obrzydzenie do iadła, zażyi na womity, co i kilka razy powtorzyć możefz. Jeż. i w gorę idzie choroba, gorączka fię powiękfza, biegunka trwa iednako i gwałtownie, poradzić fię Doktora nie zawadzi, lubo i ten w początkach rzadko co innego przepifować może, bo gwałtowna biegunka przed fiedmią dniami, a czafem aż do czterna
ftu niezwykła porzucać; kto zaraz z początku podług tego przepifu zachowywać fię będzie, prędzey fię iey pozbędzie. Nie wychodź na dwor w tey chorobie, miey ftolec w izbie, fzanowanie fię i cierpliwość tutay, iako i w gorączkach, ieft bardzo potrzebna, bole i ftolce nie prędzey uftaną, aż iadowita i roziątrzaiąca materya zupełnie zeydzie, ta zaś choroba nie zawdy iednakową w fobie bywa.

Na Fluxye.

Często piiać nalanie Bzowego kwiatu, zażywać moczenia nog, przykładać na bolące mieyfca, fuche, ciepłe, woreczki z prażonych otrąb, lub żytney mąki, a ftaray fię dobrze w łożku,

zwla-

zwłaſzcza rano wyparować, potrzeba ſię przytym ſtrzedz chłodnego powietrza, a ieżeli wilgotno na dworze, nie wychodzić; przytym ieżeli maſz gorącość, utłuczoney na proſzek ſaletry, na dwa końce noża wziąwſzy, z bzowemi powidłami zażyi. W tey chorobie czaſem kurzenie ſię burſztynem ieſt pomocne; pod czas ta choroba wyciąga ſilnieyſzych lekarſtw, o czym ſię Doktora poradziſz, zwłaſzcza, gdy iuż ta choroba zadawnioną zoſtała.

Na łamanie po Kościach.

Z początku tey choroby zażywać należy wzwyż wzmiankowanych lekarſtw, ciepłych i ſuchych częſto ponawianych woreczkow, wiecorem proſzku ile 15. ziarn zaważy ſaletry z rakowemi oczami na ſpoł zażyi, przy popiianiu bzowego kwiatu, ſtrzedz ſię należy wina, iadać jarzyny, i owoce gotowane, ieżeli z gorączką ta niemoc złączona będzie, można każdego rana po dwie godziny leżeć w łożku, a to byś należycie wyparował. Jeżeli będzie prawdziwą łamiącą w kościach chorobą, ſuchym bolem lub ſcyatyką nazwaną, to

ugo-

ugotuy pełną garść łopianowego korzenia w pół garcu wody, aż do połowy wywre, przecedź, rozpuść w niey bzowych powideł łyſzkę, i popiiay często. Tę część ciała w ktorey ſię ból znayduie, rozcieray dobrze ciepłą flanelą, albo ią zagrzeway woreczkami lub wełnianemi płatami. Rano i wieczor zażywać należy po łyżeczce od kawy, rowno zmieſzanego winnego kamienia z ſalamoniakiem, i raczemi oczami, wyſtrzegaiąc ſię wina, ſłonych potraw, kapuſty kwaśney, i wſzelkiego zaziębienia ſię. Krwi puſzczenie czaſem ſzkodzi w tey niemocy, laxowanie nie zawdy pomoże, bo ta choroba muſi koniecznie parowaniem, potem, i gęſtym a mętnym moczem wyczyſzczać ciało, kto ſię zimnego a wilgotnego powietrza nie chroni, nie będzie nigdy zdrowym, w upartych łamaniach, i bańki na bolące mieyſca ſtawiane pomagaią, rozcieranie ciepłą flanelą ma trwać przez długi czas, a to powłoczyſto, często ponawiaiąc. — Jeſt ieſzczę inny rodzay gorącego łamania, ktore z mocną gorączką, pulſem prędkim, i pragnieniem złączone bywa, i potrzebuie krwi upuſzczenia, wreſzcie iak z zapala-

palaiącą chorobą obchodzić śię z nim należy, takowe łamanie, nayczęściey na śilnych, krwiśtych i mocnych konśtytucyi ludzi, z zaziębienia napadać zwykło. A że ta niemoc często za sobą przeciągłe bole głowy, zębow, zkośnienie śzyi, i scyatykę upartą sprowadza, dla tego, o iako nayprędśze odzyskanie zdrowia każdy w tym stanie znayduiący śię starać śię powinien, szkodliwego zaś powietrza, iako przyczyny powrotu tey choroby, iako nayuśilniey unikać mu potrzeba.

Na Gorącość i Gorączkę.

Z iedną częścią winnego octu zmieśzay cztery, lub pięć części wody, ośłodź miodem i piy, albo też: piiay serwatkę świeżą. Wrzoć pełną garść obieranego Jęczmienia do pułgarca wody, gotuy do rozpuknienia, przecedź, ośłodź miodem, i zapraw trochą octu, będzieśz miał i na dolegliwości pierśi napoy. Ktoby zaś chciał ten napoy mieć wolny żołądek czyniącym, niechay winnego kamienia, lub też saletry do pułgarca tey wody przyrzuci, a to ieżeli saletry to kwintę, a ieżeli winney soli, to

poł

pół łota, i następuiący napoy dobrze w tey mierze służyć będzie: Weź śliwek suszonych, wisien, i jabłek takowych po małey garsztce, gotuy w pułgarcu wody, przyday głogowych jagod, lub Cytrynowych skutek dla przyiemnieyszego smaku, przecedź i zażyway.

Na Kwas w żołądku.

Weź palonych Ostrzygowych Muszel na proch utartych i preparowanych dwie kwinty, (kwinta czyli ówierć łota iest to iedno,) białey Magnezyi iednę kwintę, zmieszay razem do używania; Ten proszek wykorzenia kwas, odrzucanie się, dysenteryą, zkwaśniałą ostrość z kiszek i żołądka, po strawach i napoiach popsutych wyniszcza. — Dzieciom można go bespiecznie dawać, ktore z siadłego mleka i innych potraw łatwo kwas przyimuią ych, od bolow, morzysk, i gryzienią trapionemi bywaią, iako też na syrowaty, i zielony stolec, bardzo pomocnym bywa, przydawszy do tego proszku, Fiałkowego korzenia, lub Mahoakanny, albo Rabarbaru poł, lub całą kwintę, skuteczniey-szym go uczynisz, ktorego co kwadrans

na

na koniec noża, w wodzie Jęczmienney lub też proſtey zadawać możeſz.—

Lekarſtwo Rozwalniaiące.

Weź piołunowey ſoli iednę kwintę, Cytrynowego ſoku trzy łoty, miętczaney wody dwanaście łotow, Miodu przaśnego, lub na cytrynie tartego cukru, dwa łoty, zmieſzay razem, tey mieſzaniny bierz po łyżce pełney co godzina, rozwalnia żołądek i ſłuży mu.

Na Laxans.

Weź korzenia Jalapy poł kwinty, ieżeli cię nie ruſzy, zażyi na nię dwie łyżeczki małe winney ſoli, to ruſzyć muſi, ieżeliś mocney konſtytucyi, weź oboyga wę dwoie.— Weż Sedlickiey ſoli, trzy lub cztery łoty w kwatercę wody rozpuść i zażyi.— Weź poł łota ſeneſu, zaley ſoſem z wygotowanych śliw, niech tak iakowy czas poſtoi by wymokło, ktory filżanką popiiay.— Kto twardey konſtytucyi, niechay weźmie Jalapowego korzenia 40. ziarn, Sedlickiey ſoli 30. ziarn, razem w wodzie rozpuść, miodem zaſłodź, i na raz zażyi. W gorącz-

rączkach i rozpalaiących niemocach, weź Rabarbaru i winnego kamienia zarówno, zażyway go podług miary choroby i zatwardzenia. — Dla dzieci dostatecznym Laxansem będzie sama Mannakalabryna w wodzie rozpuszczona. — Gdy komu laxans potrzebnym iest, a po zażytym lekarstwie nie ruszy (iak się często mocney konstytucyi ludziom przytrafia) wytrzymać należy, uchoway Boże dawać mocnieyszego, ale co godzina, po pełney łyżeczce winnego kamienia, z trochą soli Sedlickiey, lub gdzieby prętkiey pomocy potrzeba było, dać lekką Enemę. — Suchym, chudym, i melancholikom, purgans wszelki szkodliwym iest. —

Na Womity.

Naybespiecznieyszemi są korzenie sprawuiące womity, iako też i winny kamień preperowany, czyli *Tartarus emeticus*, z korzenia Hipekakuany bierze się po ośm lub dziesięć ziarn, i napchaną łyżeczkę winney soli, razem zmieszawszy w wodzie ciepłey zażywa. — Weź 3. lub 4. ziarna winnego kamienia preperowanego, czyli *Tartari emetici*, rozpuść

puść go w 16. łotach wody, i popiłay wody tey co kwadrans po kieliſzku, aż raz lub dwa zwomituieſz, to iuż nie zażyway, atoli popiiay letniey wody, do póki z ciebie womitem ſama woda nie wroci ſię.— Po zażyciu na womity w trunku, niepotrzeba herbaty lub innego napoiu popiiać, boby to womitom przeſzkadzało, wody zażyte na womity, ſą lepſze, i pewnieyſze iak proſzki.— Bywaią takowey konſtytucyi ludzie, ktorzy z ciężkością womituią, u takowych potrzebna ieſt przytomność w dawaniu im na womity, bo ſłabowitym i ſkarżącym ſię na pierſi, womity byłyby ſzkodliwemi.— Tu oſtrzedz muſzę dawaiących pacyentom na womity, że pacyenci zwykli, maiąc iakowymſi uprzedzeniem nabitą głowę, wymawiać ſię z zażywania na womity, to pod pozorem że ſą ſłabowitych pierſi, to że im ſię zrywaią boki, lub pod innemi dziecinnemi exkuzami, lubo widzą z doświadczenia iak gładko, upiwſzy ſię womituią bez względu na pierſi i na boki, i że po womitach zaraz ſię im polepſza iakby ręką odiął, podobnież w Cholerze, w żułciowey gorączce, w wielkiey Chorobie, w ſuchych i biegaiących bolach, w Parali-

ralizu, lubo nie w każdym, w nieſtrawności, w zaflegmieniu wnętrzności, i w innych, nic ſkuteczniey ſzego nad womit znaleść ſię nie może, wyiąwſzy gdzieby ſię zaognienia wnętrzności obawiać należało. — W przypadkach, gdzieby potrzeba było, oraz i żołądek wyczyſzczać, bierze ſię winney ſoli preperowaney 3. ziarna, ſoli Paryzkiey lub *Sal polychreſte* iednę aż do półtory kwinty, rozpuść oboie w 16. lub 20. łotach wody, i zażyway co puł godziny po pełney łyżce, do póki 4. lub 5. operacyi nie ſprawi, lecz ieżeli za trzema lub czterema łyżkami womity naſtąpią, albo obrzaſk z wſtrząſaniem ſię napadnie, to można prędzey nie czekaiąc puł godziny, zażywać.

Na Kaprawe Oczy.

Weź ſoku Rucianego, wpuść w niego trochy miodu przaśnego i octu, przecedź przez ſerwetę, i napuſzczay tym Oczy.

Na czerwone i biłmem zaſzłe Oczy.

Ugotuy dwa jaia twardo, weź z nich białka, poſiękay ie i ugnieć na ciaſto,

ſto, przyſyp drobno bardzo przeſianego Burſztynu trochę, wytłocz przez ſerwetę i nakładay tym konty Oczu.

Na utrzymanie czyſtych i byſtrych Oczu.

Włoż kiedy niekiedy ſadła Przepiorczego iak ſiemię, w kąciki Oczu.

Na zapalenie Gardła.

Weź Jałowcu, ugnieć go, ugotuy w mleku, i okładay częſto odmieniaiąc ciepło.

Na wrzód na pierſiach.

Warz żytne otręby w oliwie, przykładay na wrzód, z rana i wieczor odmieniaiąc ciepło, w dziewiątym dniu rozpuknie ſię.

Na ztrętwienie Członkow.

Weź łot Jeleniego łoiu, 4. łoty Maiowego maſła, 1. łot miałko utłuczonego Omanowego korzenia, rozpuść, zrob maść, i nią ſmaruy.

Na wywinione Członki.

Po nabiciu ich w swe stawy, uwarz dwie garści lnianego Siemienia w mleku aż puknie, przymieszay garść iednę żytnych Otrąb, i trochy octu, niechay tak raz zawre, rozmaść na Macherzynie, obwiń ciepło, iak wstrzymać będzie mogł, powtorz kilkakrotnie ile będzie potrzeba.

Na dziury w Gardle.

Weź garść pełną Poziomkowego ziela, wygotuy aż do trzeciey części, miodem osłodź, i płucz często.

Na Głowy bol z wielkim gorącem.

Weź pełną garść przetłuczonego Jałowcu, tyleż ciasta kwaśnego, soli i gorczyczney mąki, rozczyń tęgim winnym octem, zawiń w kawał plurna, obłoż głowę, i podeszwy u nog, a gdy wyschnie odym, rozrob w occie, i znowu przyłoż.

Na Kaszel i bol w Piersiach.

Weź kawał młodego masła, ieden żułtek, pełną łyżkę miodu, dwie łyżki

ki Bzowych powideł, łyżkę tłuczoney i przesiwaney lukrecyi, kawał cukru kanaru, lub kleyku jęczmiennego, zmieszay razem, rano i wieczor zażyway po łyżeczce od kawy.

Na gryzienie wnątrza i Kolkę.

Weż żołądź iednę, ususzywszy útłucz na proch, zażyi na raz połowę w wodzie lub w winie, a za puł godziny drugą połowę.

Na gardziele czyli wole na szyi.

Utłucz Rozchodniku wielkiego z Szafranem oboyga zarowno, dodáy owczego łoiu z trochą soli, i obłoż wole.

Na Suchoty.

Weż dwie łyżki tłuczonego korzenia Slazu Włoskiego, ziela czerwonego psiego czyli wołowego języka pełną garść, ziela Nayświętszey Panny płaszczyk zwanego, ziela Zankielu, Bobowniku, Rzerzuchy, Stokroci, Myszego uszka, i Matki Boski włoski, wszy-

stko

ſtko to pokray drobno, ſmarz przez godzinę w ſuncie maſła młodego, zawiń w płotno i wygnieć, wley do tego ćwierć funta kliyku jęczmiennego, i zażyway co dwie godziny po łyżeczce od kawy w roſole.

Na ſpuchłe zawałki.

Jaſkołcze gniazdo uſuſz ze wſzyſtkim, potłucz, i ſmarz w ſadle, obłoż dobrze ciepło, gdy oſtygnie zagrzeway a obkładay.

Na gniłe Uſta.

Na proch utłuczonego Chałunu naſyp w miod prząsny, i zagotuy, ſmartly tym uſta, choćby iuż i dziury były to pomoże.

Na niedoſtateczny bol przy Połogach.

Daway Położnicy wyciśnionego ſoku z polney Szałwii po 2. lub 3. łyżki, albo też ugotuy polną Szałwią z Nogietkami w woreczku zſzyte w winie, i obłoż tym brzuch Położnicy.—

Atoli

Albo też czytay w Nauce Położney, kiedy tego będziesz mogł użyć.

Na obrażony pęcherz w czasie Pologu.

Weź dwie garści Slazowego korzenia i ziela iego tyleż, gotuy w kwarcie tłustego kurzego rosołu, do póki nie zmięknie, wbiy świeże trzy żułtka, dwie łyżki pełnę z białych liliy oleyku, i tyleż z Płaszczyka Nayświętszey Panny oleyku, przyrzuć do tego soli ile we trzy palce zaiąć możesz, a co drugi dzień dawaj z tego chorey Enemę.

Na bol Uszu i Głuchotę.

Nakray Rozchodniku wielkiego ćwierć funta, naley funt oliwy na to, i niechay się przez 3. lub 4. Niedziele dystylluie, potym tey oliwy co rano i wieczor, po kropli w ucho wpuszczay, albo: sos z wygotowanego białego grochu po odlaney polowce wyciśniony, i po kilka kropel w ucho wpuszczany; toż samo sprawuie. — Uryna czysta od małych dzieci, kroplami w ucho puszczana także pomaga.

Na bol Krzyża lub Grzbietu.

Weź nowego Wosku, Sadła starego, Jeleniego łoju, i nowey smoły, rozpuść i uczyń z tego maść, smaruy tym przy ogniu grzbiet rozcieraiąc. — Atoli wprzod krwi upuść, lub się przelaxuy, gdy tego będzie potrzeba.

Na zepsute zdanie i niedogodność.

Nie mów że się teraz czasy zepsuły, że to inaczey było za twego wieku, bo to tyś się sam zepsuł, a nie czasy, tyś się zestarzał, zpracował, zchorował, lub zubożał, i tym podobnie, czasy zaś iakowe były dawniey, takowe są, i takowe będą. *Laudamus præteritos & nostris vivimus annis.* — Chcesz abyć w starości tak pstro było w głowie iakoć było w młodości, źleby było wierzay mi. Twemu Synowi, lub wnukowi, takowe teraz są czasy, iakowe niegdyś dla ciebie w tym wieku będącego były. wada to tylko zepsutego zdania, i niedogodność starego humoru, atoli dla iakowey śis pociechy umysłu twoiego, rządzay szeptaiąc sobie *O! mihi præteritos Jupiter si redderet annos.*

Na kolkę w boku.

Włoż niewymytą przędzę w czyste mydliny i gotuy ią, wygotowaną wyimiy i obwiiay pasmami bolesną stronę, pamiętay na wiatry, lub obsitość krwi.

Na Kamień.

Ziele Poziomkowe ususz, i utłucz, na proszek, ktory w miękkim jaiu zażyi, albo: upal ziela Sporyszu, i Skrzypieńu, każdego z osobna, na proch i zażyway z rana i wieczor, po dwie łyżki, w wodzie z Jaskołczego ziela pędzoney.

Na zatrzymany mocz.

Utłucz na proch kły dzikowe, zażyi tego proszku iak muszkatowa gałka, w winie lub w wodzie, a popiiay herbatą z pyrzu, pietruszczaney naci, i podbiału gotowaną.

Na nie utrzymanie moczu,

Upal kozi pęcherz w patelni na proch, i piiay go często w wodzie, albo

Szczupaka głowę na proſzek utrzyi, a rozdzieliwſzy na dwie porcye, iednę po drugiey w nieiakim przeciągu czaſu, z rana zażyi.

Na robaki.

Zażyi naſienia Cytwarowego, albo proſzku z tłuczoney kolendry, w łyżce pełney miodu przaśnego, albo mleka. Albo też zażyway przez trzy lub cztery dni, ieden po drugim na czczo, ſoku Czoſtkowego w ciepłym krowim mleku.

Na zanokcicę.

Rozgrzey mocno Oliwy w gliniannym naczyniu na węglach, i trzymay w niey palec, iak ſtrzymać będzieſz mogł, lub poſtaw piiawkę na końcu palca.

Na zatwardzenie.

Przywiąż myſzych łaien z maſłem napełnioną ſkorupkę z orzecha na pempek, lub weź świeżego Rumianku kwiecia, zaſzyi go w woreczek, gotuy z wolna w mleku, przyłoż iak ſtrzymać możeſz, ciepło na brzuch.

Na wiatry i odęcie.

Jaday gotowane Owoce, nie mi'y zwyczaiu obiadać ſię nigdy nad miarę, bo tego żołądek ſtrawić nie może, nie ſiedź wſzyſtko, używay poruſzenia ciała, rob, pracuy, zabawiay ſię, przeieżdżay ſię zwłaſzcza konno, obeydzieſz ſię bez wſzelkiego lekarſtwa.

Na świerzbienie świeżey rany.

Wrzuć trochy Soli do Oliwy, i ſmaruy nią z wolna piorkiem po ranie.

Na ból Zębow.

Weź pół łyżki prochu Ruśnicznego, rozpuść go w occie dobrym, winnym gęſto, maczay w nim ſzmatki i przykładay, częſto odmieniaiąc na bolący ząb.—

Na wſtrzymanie Womitow.

Zażyi Piołunowey Soli, w Cytrynowym ſoku, lub w winnym occie, lub ſoku z Ruty, albo z Męty, pół łyżki.

O czaſie, mierze, i ſpoſobie, zażywania lekarſtw.

Wſzyſtkie prawie lekarſtwa maią być z rana zażywane, gdy ieſzcze żołądek ieſt prożny, lub po południu, o czwartey lub piątey godzinie, gdy iuż żołądek trawić przeſtanie, czaſami zadaie ſię i na noc, w nagłych zaś przypadkach nie maſz czaſu oznaczonego, ale kiedy tego potrzeba wyciąga.

Jeżeli ktore lekarſtwo ma być trzy razy na dzień zadawane, to albo chory ma dwa razy z rana zażywać, a trzeci raz na wieczor, lub też: raz z rana, drugi raz po południu, trzeci raz na noc.

Porcya Mixtury daie ſię ordynaryinie, albo łyżka, albo filżanka, poſolicie zażywa ſię co godzina, lub co dwie, aż do obiadu, po obiedzie wytrzymuie ſię, aż ſtrawność w żołądku ſkończy ſię, gdzie zaś bliſko niebeſpieczeńſtwo życia zachodzi, to co godzina, lub co poł godziny, we dnie i w nocy, iak tego okoliczności wyciągać będą zadawane być ma.

Pro-

Prołzki rozmaicie dawane bywaią, naywięcey po łyżeczce od kawy, lub na końcu noża, dwa razy wziąwfzy nakoniec noża, powinno łyżeczkę od kawy wynofić.

Sole rozpufzczać potrzeba w wodzie, ktorych lepiey trochę więcey niż mniey, brać należy, do iedney kwinty potrzeba fzklaneczkę wody.

Gwałtownie fkutkuiące lekarftwa, potrzeba z wielką przezornością odważać i mierzyć, żeby nieprzefadzić, iako to Kermes; korzeń Jalapy, Tartarus Emeticus, Opium, czyli Mafłok.

Aby lekarftwa zamierzone fobie fkutki fprawowały, niechay chory iada i piia to, co fię z tym lekarftwem łatwo zgadzać może, inaczey czyniąc zgubi fię.

Na laxowanie zażywfzy, nie należy tego dnia wfzyftko leżeć lub fiedzieć, ale przechodzić fię, i zażywać poruszenia ciała, w cieple fię trzymać, ftrzedz fię tłuftych potraw, bo piui fkutek lekarftwa.

Kto

Kto na zatwardzenie zażył, niechayże się iuż tych potraw strzeże, ktore mu stolec zatrzymuią, to iest: Ciasta, Kartofli, Wodki, niedościgłych owocow, ogrodnin w strączkach rodzących się, i innych tym podobnych, przy tym wiele nie siedzieć., ale gdy niepogoda, to po izbie, gdy zaś pogoda, to podworże, poruszenia zażywać, a ieżeli ci tego siły pozwalaią, dobrzeby było i ręczną robotą z wolna zabawić się, lub gdy to być nie może, to przynaymniey sobie żywot trzy razy na dzień flanellą należycie natrzeć potrzeba, pokarmu sobie uiąć, w spokoyności umysłu ile być będzie mogło zachować się.

Proszki rozpuszczaią się w łyżce pełney wody, i zażywaią, popiwszy dla spłukania gęby, można dla oddalenia z nich czasem niemiłego smaku, zrazik Cytryny, lub kawałeczek biszkoktu przekąsić.

Atoli łatwiey zażywać się daią w opłatku, położywszy kawałek opłatka na ręce, sypie się na niego proszek (i pigułki nawet tak zażywać można,) pozaginay brzegi do kupy, włożywszy w

£ -

gębę, śliną lub wodą w gębie rozwolniey, i ſtaray ſię go połknąć.

Krople po większey części zwykły bywać oſtre, lub mocne, ktore wielkie ſkutki ſprawuią w ciele ludzkim, potrzeba ie z bacznością zażywać, kroplami puſzczaiąc, rachować, poſpolicie zażywa ſię ich z rana, lub na godzinę przed obiadem, tak iak żołądkowe, czym zaś będzie mniey przepiſano kropli do zażywania, tym więkſzey oſtrożności wyciągaią w rachowaniu, i więcey trochy wody w zażywaniu ich potrzebuią.

Mocne krople, nie wſzyſtkim ſłużą, burzą krew, roziątrzaią ſuche żyły, niebeſpieczną rzeczą ieſt chcieć ich więcey zażywać niżeli Doktor przepiſze, kogo palić będą krople po zażyciu, niechay na drugi raz więcey do nich wody przylewa.

Nie wſzyſtkie Pigułki ſą laxuiące, ſą niektore rozwalniaiące, inne umacniaiące żołądek, inne uśmierzaiące, i ſuchym żyłom ſłużące, iak te, tak tamte bywaią robione, z wygotowanych gorzkich, lub nie miły zapach maiących,

a czę-

a często ostrych sokow rożnych ziol, niemniey z silnych i skutecznych w swych działaniach lekarstw, ktore zażywane być mogą powszechnie w wodzie, lub w winie, lub też w rosole, kto smaku ich odpornego znosić nie może, niechay ie obwinie w opłatek i połknie. Zażywaią niektorzy Pigułki w suszonych śliwach, lub w wiśniach, lecz tak zażyte, rzadko skutkuią, bo w żołądku obwinąwszy się w plugastwo, całe zwykły stolcem wychodzić, chyba ugotowawszy wprzod miękko śliwkę lub wiśnię, tak zażyte skutek zamierzony uczynić mogą.

Po zażytych żywicznych Pigułkach, koniecznie popiiać należy nalanie z ziol, wodę przewarzaną miodem osłodzoną, lub temu co podobnego, zamiast drogiey przywoźney herbaty, można nierownie przyiemnieysze nalanie z Weroniki, lub Bzowego kwiatu sporządzić.

Rozmaitych herbat zażywa się, to na wypłukanie żołądka, to na odwilżenie go, lub też dla pomnożenia parowania, czasami także dla rozgrzania cia-

ciała w febrach, lub oziębieniach. Herbata niepowinna być gotowana, dosyć iest onę wrzącą zalać wodą, bo gotuiąc ią, staie się cierpką, przykrą, i szkodliwą. —

Jak szkodliwą rzeczą iest pić zdrowemu człeku wiela ciepłey herbaty, tak przeciwnie pożyteczno iest choremu, gdzie parowanie potrzebne iest, lub z zarazy zarwaney iad, gdy ma być wygnany przez poty, co godzina, lub co dwie, albo trzy godziny, po dwie filżanki popiiaiąc.

Okładania, kataplazmy, lub obwinięcia ciepłemi, suchemi, lub mokremi, szmatami czynione, niemniey papka z białego chleba z mlekiem słodkim, i z trochą Szafranu sporządzona, iako też z zioł ugotowany kataplazm, wyciągaią wielkiey baczności, by niemi zamiast pomocy niepogorszyć.

Pierwsze. By nie zbyt gorące ale trochy ciepleysze, niż co się letno nazywa, na chore mieysca kładzionemi bywały.

Dru-

Drugie. By zaraz odnawianemi bywały, iak tylko ſtygnąć zaczynaią.

Trzecie. Strzedz ſię, by z tych okładań nie pomoczyć koſzuli, lub prześcieradła, a to: by chorego mieyſca, mokrym zimnem nie pogorſzyć, dla tego maią być okładania przygęſtſzemi, nakſztałt papek, a we dwoie przynaymniey złożoną ſerwetę zawinionemi.

Moczenie nog, na wiela chorob ieſt ſkuteczne, woda ma być trochy więcey ciepleyſza niżeli letna, podług okoliczności niemocy, wyznacza ſię czas moczenia ich po godzinie, lub po pół, a te czym głębiey w wodzie zamoczone będą, tym moczenie ſkuteczniey-ſzym ſię ſtanie, ta zaś woda, by z ſwego ſtopnia ciepła ſtygnieniem nie opadała, należy iedną ſtroną z naczynia iuż przeſtygłą wybierać, a drugą ciepłey przylewać. Zbyt w ciepłey wodzie moczenie nog ſprawuie burzenie ſię krwi, teſknotę, i pozbawia ſnu. Woda czyſta do moczenia, lub z popiołem zagotowana, naylepſzą bywa, niektorzy przyſypuią do niey ſoli, plew, i owſa, ale to wſzyſtko bez pożytku. Służą w

nie

niektorych chorobach moczenia zioł, ale tylko z Rumiankowego kwiatu, Szałwii, i poleiu. Kąpiel mrowczana iest zbyt gorąca, w niektorych tylko chorobach pomocna.

Po każdey kąpieli, lub nog moczeniu, należy zaraz wleść w łożko, ktore rozgrzane być powinno, a to, by rozparzonego ciała nie oziębić, bo z tego gotowa nowa choroba urośnie. Wody mineralne maią w swym rodzaiu cztery gatunki, iedne maią w sobie moc laxuiącą, iako gorzkie wody, Sedlicka i Egierska, inne maią w sobie stalowe cząstki i wzmacniaiącą moc, trochy kwaskowaty ale miły smak, iako Pirmontska, i Szwalbacherska, a teby nie od rzeczy stalowemi nazywać można wodami. Inne są lekkie, letne, solne, siarczane, mocz pędzące, roziątrzaiące żołądek, iako Salcerska.

Czwarty gatunek zamyka w sobie wiele rodzaiow wod słonych, nie miłych, smaku odpornego, ktore nie ze zbytku, ale z potrzeby bywaią w rożnych chorobach zażywane. Wszystkie te mineralne wody; ale nadewszystko

wody ſtalowe, powinny być świeże, nie zwietrzałe, i na czczo pite.

Omylne mniemania wielu, że te wody pierſiom ſzkodzą, tym co krwią pluią, i choruiącym na śledzionę, prawda że ſzkodzą, a tym też żaden roſtropny Doktor przepiſywać ich nie będzie.

Kto z picia wod mineralnych ſkutku zamierzonego doczekać ſię pragnie, niechayże te wody nie ſzklankami pod rachunkiem piia, bo ſię to na nic nie przyda, ale niechay ie bez miary leie w ſiebie, a to na wolnym powietrzu zoſtaiąc, przytym poruſzenia ciała zażywa, tłuſtych, twardych, i nie zdrowych potraw, iako też przeładowania żołądka wyſtrzega ſię.

Nierozſądnie ieſt rzecz czyniona, gdy kto wody mineralne z winem zmieſzane piia, na oddalenie pragnienia będą pomocnemi, ale nie na poratowanie zdrowia.

Rownież na nic ſię nie przyda, gdy: czyli to ſamę, czyli też z winem

zmie-

zmieſzaną kwaśną wodę, kto za napoy przy ſtole używa, bo mineralna woda, chociażby i nayſłabſza była, krew burzy, iakimże ſpoſobem może być pomocna, kiedy żołądek roziątrza, i zamieſzanie w nim czyni, z przeſzkodą wielką ſtrawności.

Czas używania mineralnych wod, powinien być ciepły i ſuchy, to ieſt: w Mieſiącach Czerwcu Lipcu, czaſem i Sierpniu. — Wody mineralne że zawdy w górach ſię tylko znayduią, a góry długo w ſobie zimna utrzymuią mokre, ztąd dla pacyentow, agitacyi w czaſie picia wod, ſuchey i ciepłey potrzebuiących, pora niezdatną ſtaie ſię, do póki doliny nieobeſchną, i góry ſię nieogrzeią. — Wody w czas na wioſnę, i późno w ieſień zażywane, procz wzwyż wzmiankowaney przeſzkody, maią ieſzcze i tę, że z zaſkurną wodą z deſzczow i ze śniegow przez ziemię do nich ściekaiącą, będąc pomieſzanemi, w ſkutkach ſwoich ſłabieią, i dopiero w ciepłych Mieſiącach do ſiebie przychodzą. —

Naywłaściwſzym każdego napoiu być ma przymiotem, lekkość, łagodność,

i nie

i nie roziątrzanie wnątrza, ale iako nos przez przywykuienie do szkodliwego roziątrzania go, tabaki zażywaniem, staie się rozrzewnionym, tak też niektorym, mieszanie wina w wody mineralne, szkodliwe burzenie w żołądku, staie się oswoionym.

Na womity zażywać należy z rana i na czczo, można z tym wszystkim, i po południu, lub wieczor zażywać, gdy się bardzo na womity zabiera, lub okoliczność choroby, bądź to z pełności, bądź z inszey przyczyny pochodząca, prędkiego wyciąga ratunku.

Woda na womity opisana na karcie Nro 154. iest bardzo lekka i bespieczna, strzegąc się iednak by iey nie nadto, i nie nagle zażywać, bo takowa śmiałość, niebespieczeństwem, lub długą chorobą karana bywa.

Po zażytey tedy iedney łyżce tey wody, pół kwadransa wytrzymać należy, gdy nie następuią womity, zażyć drugą, a po kilku minutach, gdy się ieszcze nie zanosi na nie, zażyć i trzecią łyżkę, i już zastanowić się przynależy,

leży, aż raz zwomituiesz, a odtąd iuż tylko letnią wodę filżanką popiiać należy, ieżelibyś zaś tylko tęż samę wodę zwomitował, lub bardzo słaby womit miał, możesz ieszcze iednę łyżkę tey wody zażyć, silni zaś a młodzi ludzie, mogą za pierwszą dwie łyżki zażyć, a daley podług potrzeby postępować.

Trafia się czasami, że lekarstwo na womity zadane w niektorych konstytucyach, do womit trudnych, tylko w żołądku wzburzenie, nudność, i odrzucanie sprawuie; w takowym razie napiwszy się ciepłego mleka, ze dwie godziny poczekać, i znowu iednę część laxuiącey wody, z dwiema częściami mleka ciepłego zmieszawszy, lub zamiast mleka, można z herbatą zażyć.

Dzieciom i starym, dawszy na womity, iako też i tym co z ciężkością womituią; podwiązać żywoty należy, dla zapobieżenia iakowemu przypadkowi.

Maią niektorzy zwyczay, że po zażytym lekarstwie na womity, popiiaią wiela herbaty, ale tą wielością napoiu,

osłabiaią moc działaiącą, że zamiast womitow, wzdęcie tylko żywota, lub bardzo niedostateczny womit nastąpi.

Kto z obrzydliwości lub z boiaźni, mało zażyie na womity, nastąpią tylko na siłach człowieka osłabiaiące wzruszenia, nudności, i odrzucania się.

Kto się przesadzi lekarstwem, lub zbyt mocnego zażyie, uśmierzy iego gwałtowności mleko zażyte i inne wzwyż opisane lekarstwa wstrzymuiące.

W febrze kto zażywać chce na womity, niechayże na dwie lub na trzy godziny wprzod przed paroxyzmem zażywa.

Kto bierze na laxans od Żydow, Szerletanow, i Oleykarzow, albo też mniey douczonych lekarzow, lub cyrulikow, niechay tylko przez połowę zażyie, i ieżeli po wyiściu dwoch lub trzech godzin nie ruszy go, to można będzie i resztę zażyć.

Bywaią także lekarstwa na porcye podzielone, z ktorych iedna po drugiey

w prze-

w przeciągu małego czaſu zażywana być ma, poznawſzy że iuż zaczynaią ſkutkować, wſtrzymać ſię od reſzty, lub połowę tylko porcyi zażyć, bo że naſze natury rożnych temperamentow znayduią ſię, rożnych też miar przeto, w porcyach należy dochodzić.

Opacznie i o tym ſądzą niektorzy, że po zażytym lekarſtwie na laxans, wiela popiiać należy, zdać ſię to może na ten czas, gdy zbyt oſtre kto Pigułki, lub zbyt co mocnego zażyie, ale na powolne i niewinne lekarſtwo, to popianie ſzkodliwym ſię ſtanie, bo ſiłę iego oſłabi, rozwolniwſzy go zbytnie.

Kto zaś chce popić czego po zążytym lekarſtwie, może ſoſu gotowanego ze śliwek, filżanek ze dwie, lub wody ſzklankę, w ktorey winny kamień rozpuſzczonym był, wypić. Kogo ſtać na to: niezawadzi czarney kawy filżankę po zażytym lekarſtwie wypić. Lekarſtwo ieżeli w żołądku iakowe morzyſko i gryzienie ſprawuie, napić ſię na niego ciepłego mleka. Ktorych zaś lekarſtwo dopiero ruſzać zaczyna gdy ſobie podiedzą, takowi wiedząc to do ſiebie, mogą zaraz

po zażytym lekarſtwie, kliykiem gotowanym popiiać.

Nakoniec: kto czuie iakowy wſtręt lub obrzydliwość do lekarſtw, ma ſię na iedno rezolwować, albo zażywaiąc one ozdrowieć prędko, albo w bolach łóżkiem ſię bawiąc, po upłynioney iuż przyzwoitey czaſu porze, w oświadczeniach chęci do przyimowania onychże umierać.

KONIEC.